

Univerzita Karlova
Pedagogická fakulta
Katedra pedagogiky

DIPLOMOVÁ PRÁCE

Možnosti integrace vzdělávacích oborů tělesná výchova a výchova ke
zdraví v kurikulu základní školy

Integration opportunities of Health and Physical education in the
curriculum of junior high schools

Bc. Eliška Kořínková

Vedoucí práce: PaedDr. Eva Marádová, CSc.
Studijní program: Učitelství pro střední školy
Studijní obor: N TV-VZ

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci na téma: *Možnosti integrace vzdělávacích oborů tělesná výchova a výchova ke zdraví v kurikulu základní školy*, vypracovala pod vedením vedoucího diplomové práce samostatně za použití v práci uvedených pramenů a literatury. Dále prohlašuji, že tato diplomová práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu.

V Praze

.....

podpis

Děkuji PaedDr. Evě Marádové, CSc. za odborné vedení, věcné připomínky a vstřícnost při konzultaci. Dále bych chtěla poděkovat rodině za podporu a všem základním školám, které mi umožnily provést výzkum.

NÁZEV:

Možnosti integrace vzdělávacích oborů tělesná výchova a výchova ke zdraví v kurikulu základní školy.

AUTOR:

Eliška Kořínková

KATEDRA (ÚSTAV):

Katedra speciální pedagogiky

VEDOUCÍ PRÁCE:

PaedDr. Eva Marádová, CSc.

ABSTRAKT:

Diplomová práce se věnuje možnostem integrace vzdělávacích oborů výchova ke zdraví a tělesná výchova na druhém stupni základních škol. Hlavním cílem je zjistit zkušenosti učitelů a jejich názory na výuku výchovy ke zdraví a tělesné výchovy. Na základě zjištěných informací a v souladu s očekávanými výstupy daných Rámcovým vzdělávacím programem navrhnout výukový program pro zkvalitnění výuky výchovy ke zdraví a tělesné výchovy. Teoretická část analyzuje a vyhledává společné výstupy a cíle podle Rámcového vzdělávacího programu pro základní školy aktualizovaného v roce 2016 pro tyto obory. Na základě studie odborných literárních pramenů popisuje psychomotorický vývoj žáků na druhém stupni základní školy. Zjišťuje způsob spolupráce učitelů různých předmětů a zda je tato spolupráce podporována současným kurikulem. Praktická část zaznamenává průběh a výsledky kvalitativního výzkumného šetření na školách sídlících na území Vlašimska. Odhaluje nejčastější problémy spojené s výukou výchovy ke zdraví, způsoby spolupráce učitelů a zdůrazňuje smysl výuky výchovy ke zdraví a tělesné výchovy z pohledu učitelů. Výstupem diplomové práce je návrh edukačního programu, který propojí výchovu ke zdraví a tělesnou výchovu.

KLÍČOVÁ SLOVA:

Výchova ke zdraví, spolupráce mezioborových didaktik, tělesná výchova, školní vzdělávací program, žák, učitel

TITLE:

Integration opportunities of Health and Physical education in the curriculum of junior high schools

AUTHOR:

Bc. Eliška Kořínková

DEPARTMENT:

Department of special pedagogy

SUPERVISOR:

PaedDr. Eva Marádová, CSc.

ABSTRACT:

The thesis is focused on integration of Health and Physical education in the junior high school curriculum. The main objective is to find out the teachers' experiences and their opinions on the Health and PT education. And on the basis of the obtained information design, in line with the expected outcomes of the Framework of Educational Program, propose a training program for improving the Health and PT class education. In the theoretical part was analysed the common outputs and goals from the Educational Program for Basic Education updated in 2016 for these groups. Was also describes the psychomotor development of student at junior high schools based on science studies. It identifies the way in which teachers in the field of didactics cooperate, and whether this cooperation is supported by the current curriculum. The practical part documents the course and results of qualitative research in schools with a low number of pupils and teachers in Vlašim school district. Thesis reveals the most common problems associated with teaching of Health education class, methods how teachers cooperation and, and shows the importance of teaching Health and PT education from the perspective of the teachers. The output of this thesis is make proposal of the Educational program which will link Health and PT.

KEYWORDS:

Health education, interdisciplinary didactics collaboration, physical education, school curriculum, student, teacher

Obsah

1	Úvod	6
2	Charakteristika vzdělávací oblasti Člověk a zdraví	7
2.1	Možnosti integrace výchovy ke zdraví s ostatními předměty.....	8
3	Teoretická východiska předmětu tělesná výchova	9
3.1	Historie tělesné výchovy	9
3.2	Tělesná výchova jako součást tělesné kultury	9
3.3	Význam tělesné výchovy ve společnosti	11
3.4	Obsah tělesné výchovy v ČR.....	11
3.5	Očekávané výstupy pro obor tělesná výchova.....	13
4	Teoretická východiska předmětu výchova ke zdraví	16
4.1	Historie výchovy ke zdraví.....	16
4.2	Požadavky na předmět výchova ke zdraví	17
4.3	Obsah výchovy ke zdraví	18
4.4	Očekávané výstupy – 2. stupeň.....	19
5	Systémové porovnání oborů výchova ke zdraví a tělesná výchova	21
5.1	Porovnání výstupů oborů výchova ke zdraví a tělesná výchova.....	21
5.2	Porovnání organizačních forem oborů výchova ke zdraví a tělesná výchova.....	23
6	Vývojová specifika žáka na 2. stupni základní školy.....	27
6.1	Vývojové etapy jedince	27
6.2	Charakteristika osobnosti dítěte středního školního věku	29
6.3	Charakteristika dětí staršího školního věku	31
7	Mezioborová spolupráce učitelů.....	34
7.1	Osobnost učitele	34
7.2	Pedagogická komunikace	35
7.3	Možnosti spolupráce učitelů	36
8	Výzkumné šetření na základních školách.....	39
8.1	Metody výzkumného šetření	39
8.2	Charakteristika zkoumaných škol.....	40
8.3	Subjektivní pohled na dotazované učitele	44
8.4	Výsledky výzkumného šetření.....	46
8.5	Porovnání výzkumu s jinými publikovanými výzkumy	57
9	Diskuze	59
10	Návrh realizace řešení.....	62
10.1	Projekt.....	62

10.2	Bloková výuka	67
11	Závěr.....	72
12	Seznam literatury.....	74
13	Přílohy	78

1 Úvod

Jakožto budoucího pedagoga tělesné výchovy a výchovy ke zdraví mě zaujala problematika začlenění těchto dvou oborů do školních vzdělávacích plánů. Jedná se o obory, které jsou zařazeny ve stejné vzdělávací oblasti, mají podobné výstupy, ale spolu se většinou neintegrují. Propojení těchto dvou předmětů by mohlo být efektivní a zamezilo by se tak opakování jednoho tématu ve více oborech. Vede-li jeden z cílů vzdělávací oblasti Člověk a zdraví k pochopení zdraví jako celkovému stavu, který zahrnuje tělesnou, duševní a sociální pohodu, radostné prožívání činností spojené s pohybem a podporu příznivých vztahů, nabízí se propojení těchto dvou oborů jako vhodná integrace. (*RVP ZV, 2016*)

Na základě odborných poznatků a analýzy pedagogické dokumentace budou v teoretické části popsány okruhy vzdělávací oblasti Člověk a zdraví zaměřené na východiska, cíle a výstupy a charakterizovány jednotlivé obory této oblasti. Současně budou vymezeny psychosomatické předpoklady žáků na druhém stupni základní školy pro integrování výuky výchovy ke zdraví a tělesné výchovy a zdůrazněny možnosti spolupráce učitelů, kteří tyto předměty vyučují.

V praktické části budou analyzovány školní vzdělávací programy na vybraných základních školách, zjištěny aprobace učitelů, jejich vzdělání, délka pedagogické praxe a názory na výuku výchovy ke zdraví a tělesné výchovy. Informace budou získány prostřednictvím výzkumného šetření metodou strukturovaného rozhovoru.

Cílem práce je na základě zjištěných problémů navrhnout řešení, které bude v souladu s očekávanými výstupy danými aktuálním Rámcovým vzdělávacím programem. Toto řešení by integrovalo výchovu ke zdraví a tělesnou výchovu. Usnadňovalo by práci pedagogů tak, aby se plně věnovali vybrané problematice, měli na ní dostatek času a mohli aplikovat tradiční i inovativní metody, které žáky motivují k celoživotnímu zájmu nejen o zdraví své, ale i druhých.

2 Charakteristika vzdělávací oblasti Člověk a zdraví

Vzdělávací oblast Člověk a zdraví je spolu s dalšími devíti vzdělávacími oblastmi součástí Rámcového vzdělávacího programu pro základní vzdělávání¹. Rámcové vzdělávací programy² jsou nedílnou součástí vzdělávací soustavy ČR, které byly realizovány, jako výsledek školské reformy, v roce 2004. (*RVP ZV, 2016*) Jedním z požadavků pro tvorbu nového kurikula bylo, že obsah vzdělání musí být propojen komplexně. Bylo zdůrazňováno, že cílem vzdělání nemohou být jen holé poznatky, které jsou závazné pro všechny školy daného typu bez tolerance regionu a prostoru, ve kterém je škola umístěna.

Od roku 2004 byl RVP ZV upravován. V roce 2013 (*RVP ZV, 2013*) nastala největší změna v obsahu a výstupech. V roce 2016 změna reagovala na poslední trendy a celospolečenské potřeby, které se týkají inkluze a inkluzivního vzdělávání. Dále došlo k úpravám v tématech sexuální výchova a ochrana člověka za mimořádných událostí. (*RVP ZV, 2016*)

Rámcový vzdělávací program je dokumentem státní úrovně. Státní úroveň vymezuje závazné rámce na konkrétních stupních vzdělávání. Školní úroveň si každá škola stanovuje individuálně, avšak v souladu s Rámcovým vzdělávacím programem. Kromě vzdělávacích oblastí vymezuje Rámcový vzdělávací program nově také průřezová témata, která se integrují do vzdělávacích oblastí nebo jsou vyučována formou samostatných předmětů.

Vzdělávacími obory, které řadíme do oblasti Člověk a zdraví, jsou Výchova ke zdraví a tělesná výchova. Podstatou této vzdělávací oblasti je pozitivně působit a chránit zdraví žáka v teoretické i praktické rovině, jejíž cílem je vzbudit v žácích zájem a motivaci o své vlastní zdraví, zdraví své rodiny i přátel v budoucím životě.

Při této činnosti je velmi důležitý postoj učitele, který danou problematiku vyučuje. Jeho role je při vzdělávání především motivační, dbá na vhodné prostředí a atmosféru, ve kterém se vyučování odehrává, přispívá svým vlastním pozitivním přístupem a vede žáky k samostatnosti a odpovědnosti za svoje zdraví. (*RVP ZV, 2016*)

¹ Tato práce se věnuje vzdělávací oblasti Člověk a zdraví pouze na základních školách.

² Rámcový vzdělávací program je znám pod zkratkou RVP.

2.1 Možnosti integrace výchovy ke zdraví s ostatními předměty

Výchova ke zdraví je obor, který lze vyučovat samostatně nebo pomocí integrace do jiných předmětů. Výchova ke zdraví je integrována do předmětů, se kterými má podobné výstupy nebo s předměty, které na sebe navazují tematicky. Mezi takové předměty patří na příklad biologie, občanská výchova, vaření (příprava pokrmů) nebo tělesná výchova. (*RVP ZV, 2016*)

Na příklad základní škola Orlová integruje výchovu ke zdraví v šestém a sedmém ročníku do předmětu občanská výchova. V osmém ročníku je výchova ke zdraví vyučována v předmětu biologie člověka a výchova ke zdraví. (*ŠVP – Škola plná života, 2016*)

Základní škola T. G. Masaryka v Šardicích implementuje výchovu ke zdraví do občanské výchovy, přírodopisu i ji vyučuje jako samostatný předmět. V šesté třídě je vyučována v předmětu občanská a rodinná výchova, v sedmé třídě ve výchově zdravé osobnosti, v osmé třídě je vyučována znovu v předmětu občanská a rodinná výchova a zároveň i v přírodopise a výchově ke zdraví a v deváté třídě opět v předmětu občanská a rodinná výchova. (*ŠVP ZŠ T.G. Masaryka Šardice, 2016*)

Ze školního vzdělávacího plánu základní školy v Třemošnici lze vyčíst, že na této škole je vyučována výchova ke zdraví jako samostatný předmět. Výchova ke zdraví je vyučována v šestém, osmém a devátém ročníku. V sedmém ročníku se žáci učí přípravě pokrmů. (*ŠVP – Škola pro každého, 2007*)

Možnostem integrace výchovy ke zdraví s tělesnou výchovou se budu věnovat v následujících kapitolách.

3 Teoretická východiska předmětu tělesná výchova³

3.1 Historie tělesné výchovy

Počátky tělesné výchovy sahají až do antického Řecka a Říma, kdy právě v Řecku bylo jednou z hlavních myšlenek vychovat udatného, odvážného a silného válečníka, prostřednictvím tělesných cvičení. Ve starověkém Řecku vznikla největší sportovní událost, která se každé čtyři roky opakuje do dnes. Dalším podstatným faktorem, který ovlivnil tělesnou výchovu, bylo ve středověku tzv. sedmero rytířských ctností, které musel ovládat každý rytíř. Patřily mezi ně nejen různé formy bojů, zápasů a zacházení se zbraněmi, ale také plavání. Přesto je středověk hodnocen jako období, kdy vlivem rozvoje náboženství docházelo k útlumu tělesné výchovy. K opětovnému rozvoji tělesných cvičení docházelo v humanismu a renesanci, jejichž cílem byl rozvoj všestranně rozvinuté osobnosti. Jedním z představitelů byl Jan Amos Komenský, který preferoval rozvoj všestrannosti spontánní hrou v přirozeném kolektivu dítěte. Po pádu Rakouské monarchie došlo v roce 1869 k reformě školské soustavy, kdy byla tělesná výchova zavedena do povinné školní docházky. Rozsah výuky byl stanoven na dvě hodiny týdně a náplní předmětu byl rozvoj síly, obratnosti, odvahy a sebedůvěry. Tělesná výchova na našem území byla v průběhu 19. a 20. století ovlivněna vznikem nových sportů a sportovních klubů, které se zakládaly v Anglii. Soustavami tělesných cvičení, které ovlivnily soustavu Miroslava Tyrše, popsanou v díle *Základové tělocviku*. Na tělesnou výchovu měla vliv první i druhá světová válka, pojetí výchovy v druhé polovině 20. století a mnoho dalších aspektů souvisejících s globalizací. (*Kössel, Štumbauer, 1998*)

3.2 Tělesná výchova jako součást tělesné kultury

Tělesná výchova je jeden z podsystémů tělesné kultury. Tělesnou kulturu definujeme jako soubor činností, hodnot, norem a jejich výsledků zaměřených na zlepšování kvality života, všestranný rozvoj jedince a společnosti prostředky pohybové aktivity. Mezi další podsystémy řadíme sport, pohybovou rekreaci, pohybovou rehabilitaci a pohybové umění. Podsystémy mají mnohé společné, ale liší se v cílech. (*Hodaň, 2000*)

Sport je pojem, který se využívá pro veliké spektrum činností, a na rozdíl od tělesné výchovy je to dobrovolná lidská činnost. Jeho cílem je podat maximální výkon v určitém sportovním odvětví dle určených pravidel. (*Hodaň, 2000*)

³ Tělesná výchova je v celé práci psána s malým písmenem.

Cílem pohybové rekreace je prožitek, odpočinek nebo určitý druh uspokojení potřeby prostřednictvím pohybové aktivity. Prožitek nevychází pouze ze samotného pohybu, ale i ze situací a okolností, který ho provázejí. Člověk ji provádí ve svém volném čase, zcela dobrovolně. Motiv může být různý, aktivní odpočinek, eliminace stresu, krásný vzhled, prevence civilizačních chorob, dobrodružství nebo napětí.

Tělesná výchova je proces, který je součástí povinné školní docházky a dosahuje předem stanoveného didaktického cíle. Hlavním úkolem tělesné výchovy na základní škole je harmonický rozvoj a rozvoj všestrannosti. Mezi její výhody, oproti volnočasovým aktivitám, řadím pravidelnost a systematičnost pohybu, dostupnost a vedení kvalifikovaným učitelem.

Základním prostředkem tělesné výchovy jsou a byla tělesná cvičení. Tělesná cvičení označují záměrné motorické činnosti, které kladně ovlivňují stav jedince a jsou ukazatelem pro dosahování základních cílů tělesné výchovy. *(Hodaň, 2000)*

3.2.1 Cíle tělesné výchovy

Cíle tělesné výchovy lze posuzovat z různých pohledů, které lze shrnout následovně.

- Vzdělávací cíl – je teoretický a praktický předpoklad pro splnění pohybového úkolu. Žák si osvojuje a zvnitřňuje poznatky, chápe jednotlivé postupy a metody při nacvičování nové dovednosti a rozvíjení schopnosti, pozitivně ovlivňuje svoji životosprávu, osvojuje si základní pohybové návyky z gymnastiky, atletiky, plavání a míčových her, kvalitně zvládá pohybový projev a rozvíjí intelektové schopnosti.
- Výchovný cíl – se zaměřuje na pozitivní rozvoj charakterových a mravních vlastností, podporuje estetické prožívání, tvořivou činnost nebo lásku k přírodě. Dále klade důraz na trvalý kladný postoj k pohybové aktivitě a schopnost stanovit si přiměřený výkon v tělovýchovné a sportovní činnosti.
- Zdravotní cíl – působí nejen na stránku fyzickou, ale i psychickou. V průběhu tělesné výchovy si žáci kompenzují jednostrannou zátěž ze školy, podporují regeneraci duševních sil a také se obnovuje jejich pozornost. Učí se základním hygienickým návykům jako je např. převlékání nebo sprcha po zátěži. *(Teplý, 1995)*

3.3 Význam tělesné výchovy ve společnosti

Stále rostoucí počet lidí v dnešní společnosti si uvědomuje důležitost tělesné výchovy v pozitivním ovlivňování zdraví populace. Především snaha vést děti k pravidelnému pohybu se stala prioritou. Přiměřená sportovní aktivita je nezastupitelnou součástí primární zdravotní prevence a prevence sociopatologických jevů. Se zvyšujícím se počtem onemocnění pohybového aparátu, nárůstem civilizačních onemocnění a vyšším energetickým příjmem než výdejem, význam tělesné výchovy stále roste.

Tělesná výchova byla dříve orientovaná na výkon a plnění tabulkových norem, které srovnávaly všechny děti bez ohledu na jejich individuální předpoklady. Tento model zajišťoval přehledné a srozumitelné hodnocení žáků, avšak negativně hodnocené žáky nepodporoval a nemotivoval k trvalosti pohybové činnosti v budoucím životě. Dále model částečně přehlížel zdravotní funkci. Tělesná výchova může přispět ke snížení nebo zmírnění důsledků hypokineze a může zlepšit individuální zdraví a zdatnost.

Lékaři doporučují zařazovat blok tělesné výchovy každý den jak povinný předmět. Výzkumy přinášejí zprávy o tom, že lidé, kteří pravidelně sportují nebo se věnují pohybové aktivitě ve volném čase, se dožívají delšího věku ve zdraví a trpí méně srdečními chorobami, nadváhou, cukrovkou nebo rakovinou tlustého střeva. (*Blair & Connely. 1996; Hendl & Dobrý, 2011; Marádová, 2006*)

3.4 Obsah tělesné výchovy v ČR

Tělesná výchova je na školách zpravidla dotována dvěma hodinami týdně. Obsah tělesné výchovy tvoří tři dominantní subjekty a těmi jsou: učitel, žáci a učivo. (*Kalhouz, Obst, 2002*)

3.4.1 Učitel v předmětu tělesná výchova

Učitel tělesné výchovy má od roku 2004 větší volnost ve výběru vhodných metod a forem při práci s žáky. Učivo přizpůsobuje podmínkám a materiálnímu vybavení školy. Jeho primárním cílem je nadchnout žáky pro pohybovou aktivitu a vytvořit v nich potřebu každodenního pohybu. Zároveň je důležité nepolevit v základních dovednostech, které by měl žák základní školy zvládnout. Proto by učitel měl:

- mít bohatý a pestrý zásobník pohybových aktivit a přiměřeně je plánovat a začleňovat do vyučovacího procesu,

- klást důraz na takové dovednosti, které budou žáci využívat po celý život,
- nabízet žákům soutěžní i nesoutěžní aktivity, které rozvíjí morální hodnoty žáka,
- mít schopnost zaujmout a přesvědčit žáky racionálním způsobem o potřebě aktivního života,
- podporovat zařazování pohybu do všech částí školního programu. *(Fialová, 2010)*

3.4.2 Žáci v tělesné výchově

V České republice je na druhém stupni tělesná výchova vyučována nekoedukovaně. Z vlastní zkušenosti si myslím, že by bylo vhodné rozdělovat i mladší ročníky, protože rozdíl mezi děvčaty a chlapci v páté třídě je patrný na první pohled. Dívky se potom bojí zapojit do sportovních her nebo se před chlapci stydí. *(Fialová, 2010)*

3.4.3 Učivo tělesné výchovy

Mezi kmenové sportovní disciplíny tělesné výchovy patří atletika, gymnastika, plavání a sportovní hry. Poměr těchto oborů během školního roku je dán preferencí učitele, školním vzdělávacím programem, materiálním zázemím školy, preferencí žáků a složením dané skupiny. Tyto poměry se liší mezi chlapeckými a dívčími třídami. Pro chlapecké třídy je běžný snížený počet hodin gymnastiky a v dívčích třídách je nižší počet hodin sportovních her.

Ale právě sportovní hry jsou nejvíce nabízenou pohybovou náplní. Nejčastěji je zařazován fotbal, florbal, volejbal, vybíjená a přehazovaná. Rugby, softbal, frisbee nebo ringo jsou zařazovány nejméně.

Gymnastika je sportovní disciplína, v které je velmi důležité rozcvičení, průpravná cvičení, dopomoc a záchrana jako prevence před úrazy. Pravděpodobně proto je školní gymnastika zanedbávaná a žáci přicházejí do kontaktu především s přeskokem a se cvičením prostných.

Atletika je královská disciplína a každý žák by se měl v průběhu základního vzdělání seznámit s většinou atletických disciplín. Některé školy nemají pro atletiku dobré podmínky, ale i teoretické znalosti a pravidla olympijských disciplín jsou pro žáky

přínosné. Nejčastěji je ve výuce upřednostňován běh (sprinty i vytrvalostní běh), skok daleký a hody.

Plavání je realizováno na prvním stupni. Probíhá v rozsahu 20 vyučovacích hodin za pololetí nebo týdenním kurzem. (*Fialová, 2010*)

3.5 Očekávané výstupy pro obor tělesná výchova

V rámcovém vzdělávacím programu je stanoveno 29 očekávaných výstupů, které jsou velmi těžce sledovatelné, protože se týkají mimo jiné mimoškolních pohybových zájmů žáka. Výstupy by měly být v souladu s výše stanovenými cíli TV. Komplex výstupů tvoří:

- pět výstupů, které sledují pohybový režim žáků,
- jedenáct výstupů zaměřených na znalosti z oblasti TV a sportu,
- sedm výstupů, které podporují sociální dovednosti (spolupráce, fair play),
- dva výstupy týkající se hygieny a dodržování pravidel při zachování bezpečnosti,
- čtyři výstupy, které reflektují úroveň naučených pohybových dovedností.

Z tvorby těchto výstupů je patrné, že se nejen obtížně sledují, ale i realizují, kontrolují a hodnotí. Není výjimkou, že předmět tělesná výchova se následně hodnotí tolik kritizovaným testováním. (*RVP ZV, 2016*)

3.5.1 Očekávané výstupy pro 2. stupeň ZŠ

Výstupy pro žáka druhého stupně navazují, rozšiřují a zdokonalují výstupy z prvního stupně, kde se žák seznamuje s pravidelnou všestrannou pohybovou aktivitou. Výstupy pro žáky 1. stupně jsou zaměřeny na individuální i kolektivní zvládnutí předem zadaného pohybového úkolu, dodržování hygienických návyků, konání vlastních pohybových aktivit, které žáka baví a naplňují, a na základní znalosti v oblasti historie a současnosti sportu.

Na 2. stupni by měl žák: (*RVP ZV, 2016, str. 96 – 101*)

- realizovat pravidelnou pohybovou aktivitu jako součást jeho zdravého životního stylu, volit takovou činnost, která mu bude dělat radost, kompenzovat jednostrannou zátěž a zlepšovat jeho zdatnost,

- kromě individuálních pohybových činností zvládat i sporty kolektivní, znát jejich základní pravidla, rozeznávat přestupky, adekvátně na ně reagovat a jednat v duchu fair play,
- dodržovat pravidla hygieny, chovat se ohleduplně a bezpečně ke svým soupeřům, spoluhráčům, respektovat opačné pohlaví a poskytnout první pomoc při zranění v tělocvičně i ve volné přírodě, předvídat místa a situace, kde by mohlo dojít k úrazu,
- znát strukturu tréninkové jednotky, především podstatnou zahřívací a protahovací část, která vede k prevenci před úrazu,
- odmítat drogy a jiné návykové látky, které jsou neslučitelné s rozvojem zdatnosti a v rozporu se zdravým životním stylem, znát konkrétní příklady návykových látek a dopingů,
- znát základní historii sportu a myšlenky olympijských her, rozumět triviálnímu názvosloví z pohledu diváka, cvičícího, trenéra i rozhodčího, sledovat, zpracovat naměřená data a zhodnotit je,
- uplatňovat práva a povinnosti cvičícího, diváka, rozhodčího nebo trenéra, pomáhat a respektovat handicapované nejen ve sportovním procesu.

3.5.2 Očekávané výstupy zdravotní tělesné výchovy

Do školní tělesné výchovy je implementován i blok zdravotní tělesné výchovy. Je součástí tělesné výchovy, ale na některých školách je vyučována jako samostatný předmět, většinou volnočasový kroužek. Je určen pro zdravotně oslabené jedince a pro všechny věkové kategorie. Odstraňuje a zmírňuje tělesná oslabení a předchází jejich zhoršení. Zahrnuje stejné cíle jako tělesná výchova, kterých dosahuje posilovacím, protahovacím, dýchacím, kondičním, koordinačním nebo relaxačním cvičením. *(Hronzová, 2011)*

Zdravotní tělesná výchova je začleňována do tělesné výchovy i na prvním stupni, kde se žák zaměřuje na správné držení těla v různých polohách, zvládá jednoduchá speciální cvičení samostatně, pravidelně je zařazuje do svého pohybového režimu, dbá na správnou techniku a odhalí činnosti, které jsou v rozporu s jeho oslabením.

Na 2. stupni by měl žák: *(RVP, 2016, str. 101)*

- dlouhodobě vytrvat při speciálních cvičeních odstraňujících nebo zmírňujících oslabení a tato cvičení začleňovat pravidelně ve svém pohybovém režimu, rozpoznat pohybovou činnost, která je v rozporu s jeho oslabením a těmto činnostem se vyhýbat.

Výstupy na druhém stupni základní školy vedou žáka k rozvoji svých schopností, učí je novým dovednostem a formují ho v jeho chování a postojích ke zdraví.

4 Teoretická východiska předmětu výchova ke zdraví⁴

Výchova ke zdraví byla zařazena do vzdělávacího programu v roce 2004 se vznikem RVP. Ve vzdělávacím programu Základní škola, podle kterého se vyučovalo od roku 1996, byla obsažena v předmětu rodinná výchova.

Výchovu ke zdraví lze chápat v širším a užším pojetí. V širším pojetí je jejím úsilím podporovat zdraví, zlepšovat zdravotní stav populace a uplatňovat nabyté vědomosti, návyky a postoje po celý život. (*Průcha, Walterová & Mareš, 1995*) Jeden z nejdůležitějších předpokladů zlepšování zdraví jedinců je podporovat zdravotní gramotnost nejen ve škole ve výchovně – vzdělávacím procesu, ale i v rodině a to již od útlého dětství. (*Holčík, 2009*)

V užším pojetí se výchova ke zdraví realizuje v konkrétním vzdělávacím oboru, který v ČR vznikl se školskou reformou a zaujal stabilní místo v kurikulárních dokumentech. (*Marádová, 2008*)

4.1 Historie výchovy ke zdraví

Předmět výchova ke zdraví je relativně mladý předmět, který vznikl až s Rámcovým vzdělávacím programem v roce 2004. Ale výchova ke zdraví na školách byla vždy. Buď samostatně pod jiným názvem předmětu např. rodinná výchova, péče o dítě, domácnost, součástí a doplňkem jiných předmětů.

Vzdělávací program *Základní škola (1996)* integruje výchovu ke zdraví již od prvního ročníku a to prostřednictvím předmětu prvouka. Od čtvrté třídy navazuje na problematiku výchovy ke zdraví přírodověda a vlastivěda s časovou dotací 40 hodin pro 4. a 5. třídu. Na druhém stupni ZŠ je výchova ke zdraví součástí předmětu rodinná výchova, jejímž obsahem je zdraví a rodina jako základní předpoklad utváření zdraví každého jedince a jeho sociálních vztahů.

Vzdělávací program *Obecná škola (1997)* se vztahuje ke zdravému životnímu stylu cyklicky, vždy s ohledem k věkovým zvláštnostem žáků. Na prvním stupni se žáci učí vnímat hodnotu zdraví v životě člověka a osvojují si způsoby ochrany a prevence zdraví. Důraz je kladen na rozvoj pozitivního myšlení dítěte. Implementujícími předměty jsou prvouka, přírodověda a vlastivěda. Na druhém stupni jsou témata výchovy ke zdraví

⁴ Výchova ke zdraví je v celé práci psána s malým písmenem.

obsažena v předmětu rodinná výchova, který je doplněn občanskou výchovou. Rodinná výchova je pojata jako praktická aplikace poznatků, které žáci získávají v předmětu občanská výchova. Žáci by měli být vybaveni praktickými dovednostmi pro život v rodině a ve společnosti.

Program uplatňovaný pouze na některých školách, *Národní škola (1997)*, zařazovala výchovu ke zdraví do osnov předmětů prvouka a přírodověda. Na druhém stupni byly nosnými předměty rodinná výchova a občanská výchova, kde byly rozvíjeny tematické celky: rodinná výchova, člověk a životní prostředí, zdravý životní styl, zdravotní výchova, výchova k partnerství a rodičovství, příprava jídel. Povinnou součástí programu Národní škola byl projekt Výchova ke zdravému životnímu stylu v Národní škole, který byl realizován od 1. do 9. třídy. Škola musela v každém ročníku věnovat tématům výchovy ke zdraví 33 hodin.

4.2 Požadavky na předmět výchova ke zdraví

Na základě výzkumu probíhajícího v letech 1990 – 2011 a především z jeho výsledků sledování proměn vzdělávacího obsahu na základní škole se můžeme zabývat určitými požadavky:

- Škola jako instituce by měla podporovat zdraví u žáků a začleňovat předmět výchova ke zdraví po celou dobu školní docházky. (*Marádová, 2012*)
- Zabývat se problematikou výchovy ke zdraví nejen na druhém stupni základních škol, ale vycházet i z nižších ročníků víceletých gymnázií, kde jsou na žáky často kladeny jiné požadavky. (*Marádová, 2010*)
- Obsah vzdělávání je vždy podmiňován aktuálními společenskými problémy a je v souladu s rozvojem společnosti a osobními požadavky žáka. Výchova ke zdraví by měla řešit závažné celospolečenské problémy související s ochranou a prevencí zdraví žáka a zdraví ostatních.
- Výchovu ke zdraví je zapotřebí vnímat holistickým přístupem a respektovat u ní všechny determinanty v rovině fyzické, psychické a sociální. (*Krejčí, 2011*)
- Osobní pozitivní přístup ke zdraví všech pedagogů a zaměstnanců školy má zásadní význam pro naplňování společně přijatých pravidel a chování ve prospěch zdraví.

- Materiální zázemí, vybavení, okolí, režim a nabízené činnosti mají významný podíl na vytváření příjemného a bezpečného prostředí školy. Podporu zdraví ovlivňuje příprava na hodinu, vhodně zvolená metoda i organizace jednotlivých činností žáků a akcí školy.
- Rozvržení učiva výchovy ke zdraví by mělo respektovat přirozené etapy fyzického, psychického i sociálního vývoje žáků. Z tohoto důvodu je vhodné zařazovat základní tematické okruhy opakovaně a postupně je prohlubovat a rozšiřovat adekvátně věku a potřebám žáka. *(Mužíková, 2010)*

4.3 Obsah výchovy ke zdraví

Obsahem výchovně didaktického procesu, stejně jako u tělesné výchovy jsou tři subjekty, které tvoří: žák, učitel a učivo.

4.3.1 Učitel v předmětu výchova ke zdraví

Z vlastní zkušenosti soudím, že největším problémem učitelů výchovy ke zdraví je jejich neaprobovanost. S tím souvisí kvalita vyučování a schopnost učitele zaujmout a být příkladem pro své žáky.

Učitel by měl působit jako rádce, ne jako dominantní osoba, měl by žáky umět motivovat a nadchnout. Konečným výsledkem práce učitele je zformovaný žák, který se orientuje v problematice zdraví, a své poznatky umí prakticky využít. Na rozdíl od vědomostních předmětů, kde jsou výsledkem nabyté poznatky. *(Fialová, 2010)*

4.3.2 Žáci ve výchově ke zdraví

Výzkumy ukázaly, že nejoblíbenější a nejzajímavější téma pro žáky je výchova k partnerství a rodičovství. V některých hodinách např. sexuální výchovy se třída rozděluje na děvčata a chlapce, jedná se spíše o nejmladší třídy na druhém stupni.

Žáci by v hodinách výchovy ke zdraví měli vykazovat určitou aktivitu, učitel by jim měl dávat prostor pro debatu a diskuzi. Žáci by se neměli bát vyjádřit svůj názor ke všem tématům výchovy ke zdraví.

4.3.3 Učivo výchovy ke zdraví

Základním učivem pro vzdělání v této oblasti jsou poznatky vedoucí k otázkám o zdraví, pozitivnímu způsobu myšlení i k volbě správných rozhodnutí ve prospěch zdraví.

Dále dovednosti, které vedou k aktivnímu ovlivňování tělesného i psychického stavu žáka, a zkušenosti ověřené v praktických situacích každodenního režimu. (Marádová, 2007)

Mezi kmenové okruhy vzdělání patří:

- Rodina, domov a rozvoj osobnosti.
- Základy duševní a tělesné hygieny, režim dne.
- Prevence zneužívání návykových látek.
- Základy sexuální výchovy.
- Osobní bezpečí.
- Pohybová aktivita a zdraví.

4.4 Očekávané výstupy – 2. stupeň

Výstupy druhého stupně navazují na vzdělávací oblast Člověk a jeho svět, která je vyučována pouze na prvním stupni. Zahrnuje společenskovední a přírodovědné učivo týkající se člověka, rodiny, společnosti, vlasti, přírody, kultury, techniky nebo zdraví.

Vzdělávací oblast Člověk a jeho svět je vyučována v pěti tematických okruzích, pro výchovu ke zdraví je výchozí okruh Člověk a zdraví, na který se na druhém stupni navazuje.

Na druhém stupni by měl žák: (RVP ZV, 2016, str. 93)

- respektovat různá pravidla ve skupině i v rodině, rozvíjet přátelské vztahy mezi vrstevníky, rodinou a přáteli, znát negativní faktory, které tyto vztahy narušují, a podílet se na tvorbě příjemného sociálního klimatu z pohledu prospěšnosti zdraví,
- usilovat o aktivní podporu zdraví v souladu se svými schopnostmi a možnostmi, chápat zdraví jako komplexní celek, který se skládá z tělesné, duševní a sociální složky, vyjádřit svůj názor v diskuzi o problematice zdraví v okruhu vrstevníků, rodiny a nejbližších přátel, využívat kompenzační a regenerační techniky, které vedou k překonání únavy a stresových situací,

- znát správné složení a způsob stravování v přímé souvislosti na prevenci civilizačních nemocí, uplatňovat ostatní preventivní programy, které zamezují rozvoji přenosných infekčních onemocnění, v případě potřeby vyhledat odbornou zdravotní pomoc,
- respektovat odlišnosti v období pohlavního dospívání, chovat se kultivovaně a eticky k druhému pohlaví, znát přenosné pohlavní onemocnění a rizika nechráněného pohlavního styku, chápat odpovědné sexuální chování,
- znát problematiku návykových látek, jejich vliv na fyzickou, psychickou a sociální složku mladého člověka, tyto znalosti uplatňovat v sociálně-patologických jevech ve škole i mimo ni a umět vyhledat odbornou pomoc,
- na základě svých vědomostí rozeznat manipulativní vliv vrstevníků, sekt a médií,
- v rizikových situacích a při mimořádných událostech projevovat adekvátní chování, které směřuje k prevenci před úrazy a ohrožení života, dodržovat bezpečnost v silniční a železniční dopravě, poskytnout první pomoc v souladu se svými možnostmi.

Výstupy pro druhý stupeň jsou postaveny v postojové rovině, sledují chování a jednání žáka.

5 Systémové porovnání oborů výchova ke zdraví a tělesná výchova

Oba obory spadají do společné oblasti, která si klade stejný cíl – rozvoj gramotnosti v problematice zdraví. Obory řeší společnou problematiku pohybové aktivity, kvalitního odpočinku, návykových látek nebo správné výživy. Proto by se dalo vydedukovat, že některé výstupy by mohly být velice podobné. Integrace těchto dvou oborů by ušetřila čas učitelům a žáci by se mohli věnovat jiným tématům. Pokud budeme chtít realizovat tyto cíle společně, vyplývá potřeba najít vhodné metody a vyřešit organizační formy.

5.1 Porovnání výstupů oborů výchova ke zdraví a tělesná výchova

Porovnávány jsou výstupy druhého stupně základní školy podle Rámcového vzdělávacího programu z roku 2016.

5.1.1 Výstupy charakterizující spolupráci ve skupině

Výstup pro 2. stupeň výchovy ke zdraví:

Žák respektuje přijatá pravidla soužití mezi spolužáky i jinými vrstevníky a přispívá k utváření dobrých mezilidských vztahů v komunitě.

Výstup pro 2. stupeň tělesné výchovy:

Žák se dohodne na spolupráci i jednoduché taktice vedoucí k úspěchu družstva a dodržuje ji.

Oba výstupy rozvíjí spolupráci mezi vrstevníky, členy rodiny a dalšími lidmi, kladou si za cíl toleranci a pochopení. Výstup VZ by mohl být teoretickým východiskem pro výstup TV. V hodinách tělesné výchovy by se tyto znalosti daly aplikovat především při sportovních hrách. Pokud chce tým dosáhnout úspěchu, musí si spoluhráči věřit, podporovat se a držet spolu.

5.1.2 Výstupy podporující důležitost pohybové aktivity

Výstup pro 2. stupeň výchovy ke zdraví:

Žák vysvětlí na příkladech přímé souvislosti mezi tělesným, duševním a sociálním zdravím.

Žák usiluje v rámci svých možností a zkušeností o aktivní podporu zdraví; vysvětlí vztah mezi uspokojováním základních lidských potřeb a hodnotou zdraví.

Žák samostatně využívá osvojené kompenzační a relaxační techniky a sociální dovednosti k regeneraci organismu, překonávání únavy a předcházení stresovým situacím.

Výstup pro 2. stupeň tělesné výchovy:

Žák aktivně vstupuje do organizace svého pohybového režimu, některé pohybové činnosti zařazuje pravidelně s konkrétním účelem.

Žák zvládá v souladu s individuálními předpoklady osvojované pohybové dovednosti a tvořivě je aplikuje ve hře, soutěži, při rekreačních činnostech.

Tyto výstupy spojuje důležitost pohybové aktivity v denním a týdenním režimu jedince. Předpokládá, že jedinec na konci 9. ročníku dokáže zvolit vhodnou pohybovou aktivitu, která rozvíjí a obnovuje jeho fyzickou a duševní stránku osobnosti. Tyto výstupy mají společnou složku – podpořit nebo vzbudit u žáků zájem o sportovní pohybovou činnost. Informace, které žáci získají ve výchově ke zdraví, se dají aplikovat do hodin tělesné výchovy a naopak. Žák ve výchově ke zdraví získá informaci o možnosti odpočinku a relaxace při pohybové činnosti a v rámci tělesné výchovy si vyzkouší nebo se naučí různé sportovní aktivity, které u něho budou tyto požadavky splňovat. Společným tématem je zdravotně orientovaná zdatnost.

5.1.3 Výstupy podporující prevenci závislostního chování

Výstup pro 2. stupeň výchovy ke zdraví:

Žák uvádí do souvislosti zdravotní a psychosociální rizika spojená se zneužíváním návykových látek a životní perspektivu mladého života; uplatňuje osvojené sociální dovednosti a modely chování při kontaktu se sociálně patologickými jevy ve škole i mimoni; v případě potřeby vyhledá odbornou pomoc sobě nebo druhým.

Výstup pro 2. stupeň tělesné výchovy:

Žák odmítá drogy a jiné škodliviny jako neslučitelné se sportovní etiketou a zdravím; upraví pohybovou aktivitu vzhledem k údajům o znečištění ovzduší.

Výstup výchovy ke zdraví je nadřazený výstupu tělesné výchovy. Jedním ze zdravotních a sociálních důsledků užívání návykových látek je neslučitelnost s pohybovou aktivitou. Tyto výstupy by bylo vhodné začlenit do jednoho z předmětů. Pokud není možnost teoretické hodiny tělesné výchovy, bylo by vhodnější toto téma

zařadit do hodiny výchovy ke zdraví, kde se tato problematika rozebere v teoretické úrovni.

5.1.4 Výstupy předcházející úrazům

Výstup pro 2. stupeň výchovy ke zdraví:

Žák projevuje odpovědné chování v rizikových situacích silniční a železniční dopravy; aktivně předchází situacím ohrožení zdraví a osobního bezpečí; v případě potřeby poskytne adekvátní první pomoc.

Výstup pro 2. stupeň tělesné výchovy

Žák uplatňuje vhodné a bezpečné chování a v méně známém prostředí sportovišť, přírody, silničního provozu, předvídá možná nebezpečí a přizpůsobí jim svou činnost.

Tyto výstupy mají mnoho společných témat jako je např.: bezpečný pohyb po komunikacích, první pomoc nebo obvazové techniky. Zároveň by výstup tělesné výchovy měl obohacovat a rozšiřovat znalosti z výchovy ke zdraví o zranění, která se mohou přihodit při sportovní aktivitě, a jak tato speciální zranění ošetřit.

Jak můžeme vidět, je mnoho společných výstupů a témat, které se v Rámcovém vzdělávacím programu opakují. Tyto společné výstupy by mohly být vyučovány pouze v jednom z předmětů nebo by se mohl vytvořit náhradní vzdělávací program, který by se těmito tématům věnoval a zároveň by propojil tělesnou výchovu s výchovou ke zdraví. Učitelé by se věnovali výstupům a tématům, které jsou charakteristické pouze pro jejich vyučovací předmět. Podmínkou by byla spolupráce učitelů těchto vyučovacích předmětů. Možným problémem by byla organizační forma, protože každý učitel pracuje v odlišném vzdělávacím prostředí a s odlišným počtem a složením žáků.

5.2 Porovnání organizačních forem oborů výchova ke zdraví a tělesná výchova

Organizační forma je termín charakterizující uspořádání výukového procesu – prostředí a způsob organizace činnosti učitele a žáků při vyučování. Vhodně zvolené organizační formy a metody jsou základem pro naplnění didaktických cílů. Organizační forma je určena především vnějšími podmínkami (prostředím, kde výuka probíhá) a jedinci a způsoby, se kterými učitel pracuje (počet žáků, možnosti a přístup k žákům). (Kalhouz, Obst, 2002)

5.2.1 Organizační formy tělesné výchovy

Organizační formy v tělesné výchově lze rozdělit na povinné, nepovinné, doplňkové a zájmové.

Povinné organizační formy musí splňovat každá škola, řadíme mezi ně.:

- Vyučovací jednotku tělesné výchovy, která se na školách realizuje minimálně 2x týdně s časovou dotací 45 minut.
- Výchovu v přírodě s časovou dotací 3 - 4x 60 minut dvakrát ročně mimo školní rozvrh. Většinou bývá realizována v rámci půldne na jaře a na podzim.
- Zdravotní výchovu pro oslabené žáky spadající do III. zdravotní skupiny v rozsahu 2 vyučovací jednotky týdně.
- Plavecký výcvik, který se většinou realizuje na prvním stupni ve dvaceti vyučovacích jednotkách v plaveckém bazénu s odbornými cvičiteli plavání. Po domluvě je možno výcvik absolvovat v deseti zdvojených vyučovacích jednotkách.
- Lyžařské a jiné sportovní kurzy, které jsou realizovány internátně většinou v rozmezí 5-7 dnů.

Nepovinné organizační formy jsou aktivity, které obohacují a motivují žáky dané věkové kategorie. Jsou vázány na materiální vybavení školy. Časová dotace je 2 hodiny týdně prostřednictvím nepovinných a volitelných předmětů.

Doplňkové organizační formy jsou do výuky začleňovány pro kompenzaci jednostranné zátěže, regeneraci duševních sil nebo obnově soustředěné pozornosti. Řadíme mezi ně:

- Pohybově-rekreační program v denním režimu žáků školy.
- Protahovací a jiné cvičení v hodinách jiných předmětů.
- Pohybově-rekreační a kompenzační cvičení v průběhu přestávek mezi jednotlivými předměty v časovém úseku 20 a více minut.
- Relaxační cvičení ve volných časových úsecích využívající dostupných prostor školy.

Do zájmových organizačních forem řadíme: soutěže, jednorázové akce, kroužky, školní sportovní kluby, zájezdy, výlety. (Fialová, 2010)

5.2.2 Vybrané organizační formy výchovy ke zdraví

- Individuální forma (tutoring) je jedna z nejstarších používaných metod vůbec. Jedná se o přizpůsobování výuky jednomu žákovi nebo malé skupince žáků. V rámci výchovy ke zdraví může být tato forma uplatňována v řešení osobních problémů, s nimiž žáci za učitelem přichází. Učitel výchovy ke zdraví zastává i poradenskou činnost. V silách učitele není věnovat se všem žákům individuálně. Podobných výsledků dosahuje tzv. vrstevnické vyučování.
- Hromadná a frontální výuka je nejpoužívanější forma výuky na českých školách. Všichni žáci během výuky plní ve stejném čase shodné učební úlohy a postupují jednotně. Učitel řídí činnost všech žáků zároveň. Výhodou této formy je její ekonomičnost, rozčlenění učiva a okamžitá zpětná vazba. Problém nastává, když je učivo příliš náročné pro pomalejší žáky. Ve výchově ke zdraví jsou podstatné i předchozí zkušenosti žáků nebo jejich postoje k probírané problematice.
- Individualizovaná výuka vychází ze snahy respektovat individuální rozdíly mezi žáky. Nejcennější a nejtrvalejší znalosti a dovednosti jsou takové, kterých žák dosáhne vlastním aktivním úsilím a prací. Ve výchově ke zdraví musí učitel vždy počítat s tím, že určitá témata jsou pro některé žáky citlivější, protože s nimi mají osobní zkušenost.
- Projektová výuka zapojuje žáky do problému komplexního charakteru. Žáci by měli být zainteresovaní napříč vzdělávacími obory, měli by se na něm podílet i ve volném čase a měli by směřovat k jasnému cíli. Vede je ke spolupráci, komunikaci a řešení problémů. Vyznačuje se časovou náročností na přípravu i realizaci.
- Skupinová a kooperativní forma výuky zlepšuje spolupráci, poskytuje prostor pro rozvíjení aktivity, samostatnosti a tvořivosti žáků. Jedná se o individuální potřeby a zájmy žáků, které jsou realizovány prostřednictvím skupinové výuky. Výchova ke zdraví využívá kooperativní formu při činnostech v malých skupinách, kdy se žáci učí přijímat kritiku, plánovat, monitorovat a hodnotit činnosti ostatních. Výsledkem je asertivní způsob chování. (Marádová, 2014)

Organizační formy výchovy ke zdraví a tělesné výchovy jsou odlišné. Největším rozdílem je prostředí, ve kterém výuka probíhá. Tělesná výchova se většinou vyučuje v tělocvičně nebo ve volné přírodě, zatímco výchova ke zdraví ve školní třídě. Dalším rozdílem je, že v tělesné výchově jsou žáci vyučováni hromadně, případně skupinově. Výuka výchovy ke zdraví umožňuje více variant vyučovacích forem. Příčinou může být bezpečnost, která je v tělesné výchově prioritní, učitel musí vědět o všech žácích, případně se nacházet na nejnebezpečnějším místě.

Přesto, že jsou organizační formy odlišné, lze najít společný výstup či téma, které by těchto forem využilo a efektivně je propojilo.

6 Vývojová specifika žáka na 2. stupni základní školy

Vývoj každého jedince je individuální a závislý na podnětech, které přichází z vnějšího nebo vnitřního prostředí a působí tak na jedincovu osobnost. Mezi vlivy z vnitřního prostředí můžeme zahrnout na příklad dědičnost, z vnějšího prostředí je to rodinná výchova. V každé etapě ontogeneze se schopnosti a dovednosti jedince vytvářejí v souladu s jeho potřebami a nároky, které jsou na něho kladeny. (*Švingalová, 2003*)

Abychom ve škole správně působili na žáky, využívali vhodných metod, forem a prostředků, musíme znát úroveň jejich vývoje. Biologický a psychický vývoj každého jedince je individuální. Právě pro učitele výchovy ke zdraví je úroveň bio-psycho-sociálního zrání žáka podstatná.

6.1 Vývojové etapy jedince

Členění lidského života na jednotlivé etapy se opírá o anatomické, fyziologické a mentální změny, které jsou charakteristické pro jednotlivá období. Život jedince je však jeden celek, jehož části na sebe plynule navazují a v sebe přecházejí. (*Machová, 2010*)

Existují různé koncepce periodizace vývoje. Psychologická disciplína, která se zabývá jednotlivými stádii, se nazývá vývojová psychologie. Mnoho psychologů a pediatrů se touto problematikou zabývalo.

6.1.1 Periodizace podle Sigmunda Freuda

Sigmund Freud popsal ve své psychoanalýze základy pudové psychosexuální teorii vývoje. Dětský vývoj rozčlenil na:

- Orální stádium – charakterizuje především první rok života jedince, kdy základním uspokojením jedince je stimulace kolem úst (orální oblast). Zahrnuje sání, kousání nebo cucání různých předmětů a jídla.
- Anální stádium – zahrnuje děti ve věku dva až tři roky a centrum uspokojení se přesouvá na anus. Uspokojování dítěte spočívá ve vylučování exkrementů.
- Stádium falické – typické pro děti ve věku kolem čtyř let. Děti si všímají svých genitálií. Freud říká, že chlapci hodnotí svůj penis jako cenný majetek a dívky jim ho závidí.

- Stádium latence – je období ve věku 5 – 11 let, kdy dochází k relativní stabilitě.
- Genitální stádium – nastává kolem 11. až 12. roku, kdy je podle Freuda lidský vývoj dokončený. Nastupuje heterosexuální chování. (Langmeier, Krejčířová;2006)

6.1.2 Periodizace podle Erika Eriksona

Erikson popsal lidský vývoj v osmi fázích, kterými si člověk během života musí projít. Jedná se o fáze, ve kterých člověk řeší nějakou krizi, dilema mezi opačnými názory, tendencemi. Během interakce s prostředím si člověk osvojí určitou zkušenost, která mu pomáhá projít dalšími životními fázemi.

Tabulka č.1 – Periodizace lidského vývoje podle Erika Eriksona

Stadium	Věk	Krize	Ctnost
1. orálně-smyslové	do 1 roku	základní důvěra x nedůvěra	naděje
2. muskulárně-anální	1 – 3 roky	autonomie x stud	síla chtění
3. pohybově-genitální	3 – 6 let	iniciativa x vina	záměr
4. latentní	3 – 12 let	snaživost x méněcennost	kompetence
5. adolescence	12 – 19 let	identita ega x zmatení rolí	poctivost
6. raná dospělost	20 – 25 let	intimita x izolace	láska
7. střední dospělost	26 – 64 let	reprodukce x stagnace	péče
8. pozdní dospělost	nad 65 let	integrita ega x zoufalství	moudrost

(Do tabulky upraveno podle: *Vývojová psychologie, Langmeier, Krejčířová, 2006*)

6.1.3 Periodizace podle Marie Vágnerové

Toto členění probíhá v souladu s fyzickým zráním jedince. Podrobně popisuje a rozčleňuje školní věk.

Tabulka č. 2 – Periodizace lidského vývoje

Prenatální období	Fáze oplození (0. – 3. týden)
	Embryonální období (4. – 12. týden)
	Fetální období (12. týden – narození)
Novorozenecké období	od narození – do 1. měsíce
Kojenecký věk	1 měsíc – 1 rok
Batoletí věk	1 – 3 roky
Předškolní věk	3 – 6 let
Školní věk	Raný (mladší) školní věk (6/7 – 8/9 let)
	Střední školní věk (8/9 – 11/12 let)
	Starší školní věk, pubescence (11/12 – 15let)
Adolescence	15 – 20 let (vysoká variabilita)
Období mladé dospělosti	20 – 35 let
Období střední dospělosti	35 – 45 let
Období starší dospělosti	45 – 60 let
Období raného stáří	60 – 75 let
Pravé stáří	75 let a více

(Do tabulky upraveno podle: *Vývojová psychologie, Vágnerová, 2012*)

6.2 Charakteristika osobnosti dítěte středního školního věku

Toto období spadá do pubescence, které trvá až do patnáctého roku. Jelikož je to etapa, pro kterou je typické mnoho změn, rozděluje se na střední (9 – 11 let) školní věk a starší (12 - 15 let) věk. Nejprve bude popsán střední školní věk. (*Vágnerová, 2012*)

6.2.1 Fyzická charakteristika žáka

Pro toto období je typické klidné a pravidelné růstové tempo. Chlapci jsou až do 10 let vyšší a těžší než dívky. Klidné růstové tempo přispívá k opětnému přibývání podkožní tukové vrstvy, proto jsou tělesné tvary plnější a oblejší.

Hlava roste už jen pomalu a pozvolna se zmenšuje i její podíl na tělesné výšce. V deseti letech dosáhne 95 % své definitivní velikosti.

Na začátku středního školního věku začíná celkové tvarové pohlavní rozlišování těla chlapců a dívek. Nejde ještě o vývoj druhotných pohlavních znaků, ale o vývoj pohlavních rozdílů mužské a ženské kostry ve tvaru ramen, pánve a lebky. S rostoucím věkem se mění ukládání tuku na těle dívek a chlapců a u dívek se objevují první skutečné známky puberty.

K výraznějším změnám v mladším školním věku patří ještě prořezávání dalších zubů trvalého chrupu. (*Machová, 2010*)

6.2.2 Psychomotorický vývoj

V oblasti poznávacích procesů je úroveň žákových schopností výsledkem působení zrání a učení. Žák se v tomto období odpoutává od závislosti na konkrétní realitě, chápe svět takový, jaký je. Neuvažuje o jiných alternativách na rozdíl od dopívající mládeže, která má potřebu přemýšlet i o tom, jaký by svět mohl být.

Jazykové schopnosti jsou rozvíjeny vlivem výuky, rodiny a vrstevnické skupiny. Žáci se učí chápat podobnosti a odlišnosti různých slov, rozumí čtenému textu a jeho kontextu.

Rozvíjí se emoční inteligence, projevuje se zvýšená emoční stabilita a odolnost vůči zátěži. Děti bývají v tomto věku optimistické, pokud dojde k náhlé nepříjemné situaci, má většinou jasnou příčinu a bývá rychle vyřešena. S emocemi se propojuje i racionální složka, děti jsou schopny logicky vysvětlit pocity své i pocity druhých.

Školní věk je důležitá fáze přípravy na život ve společnosti, úspěšnost ve škole předurčuje pozdější společenské zařazení. Vrstevnická skupina podporuje rozvoj vlastností, které jsou důležité pro život ve společnosti. Dítě se může srovnávat s ostatními a akceptovat svoji úroveň mezi ostatními a učí se řešit konflikty, které ve skupině vzniknou. (*Vágnerová, 2012*)

Děti kladou důraz na spravedlnost, autoritu učitele zatím nezpochybňují. Děti nemají rády výjimky, protože způsobují nejistotu. Spolužáci a vrstevníci se stávají stále důležitějšími, aby v budoucnosti nahradili rodiče. Přátelé mezi sebou hledají kromě společných zájmů i solidaritu nebo vzájemnou pomoc.

V tomto období dítě dosahuje nejlepších motorických výsledků. Lehce a snadno nabývá pohybové dovednosti a zlepšuje se v pohybových schopnostech. Děje se tak až do prvních známek puberty. Je to vhodný věk pro všestranný rozvoj, nikoliv pro začátek závodního sportování. (*Vágnerová, 2012*)

6.3 Charakteristika dětí staršího školního věku

6.3.1 Fyzická charakteristika žáka

Hlavním znakem tohoto období je dospívání a vývoj sekundárních pohlavních znaků, který je spojen s druhotnou proměnou postavy a urychleným růstem. Prodlužují se dolní končetiny a po nich následuje prodloužení trupu. Jsou patrné rozdíly mezi postavami dívek a chlapců.

Dívkám se rozšiřuje pánev, rostou prsa a zaobluje se postava. K dalším druhotným pohlavním znakům patří pubické a axilární ochlupení. Když růst zpomaluje, objevuje se první menstruace. I když představuje fyziologickou pohlavní dospělost, neznamená to ještě plnou reprodukční schopnost. Skutečné pohlavní zralosti je dosaženo asi 2 roky po první menstruaci. Věk první menstruace je různý, nejčastěji se vyskytuje mezi 11. – 15. rokem. Vlivem ukládání tuku na bocích a změnou poměru pas a boky, se mění těžiště těla. Dívky jsou v tomto věku těžkopádné a nemají své pohyby pod kontrolou.

Chlapcům začínají růst vousy a dochází ke zvětšení hrtanu, s čímž souvisí změna hlasu tzv. hlasová mutace. Stejně jako u dívek, když se začne zpomalovat růst, dochází u chlapců k samovolnému výronu semene. Tento děj se nazývá poluce a dochází k ní nejčastěji v noci ve spánku. Průměrný věk první poluce je 15 let. Ani chlapci nedosáhnou ještě plné reprodukční schopnosti v okamžiku, kdy se objevila první poluce, protože v ejakulátu nejsou zatím zralé spermie. Chlapci se začínají měnit v muže. Rozšiřují se jim ramena a přibývá poměr svalů vůči tukům. V jejich případě se také mění těžiště těla, ale směrem vzhůru na rozdíl od dívek, kterým těžiště klesá.

Po dosažení pohlavní dospělosti nastupuje postpuberta. V této fázi se dokončuje růst a vývoj sekundárních pohlavních orgánů. Je dosaženo plné reprodukční schopnosti. (Machová, 2010)

6.3.2 Psychomotorický vývoj

V tomto období dochází k výraznému rozvoji poznávacích procesů. Vnímání je mnohem přesnější, děti vyžadují detaily a výkonnost jejich smyslů dosahuje vrcholu. Prodlužuje se interval jejich pozornosti. Jejich paměť vzrůstá na kvantitě, učí se pomocí logické paměti a tím se zlepšuje množství nastrádaných informací. Dochází k přechodu od obrazového myšlení k abstraktnímu. Přemýšlí systematicky, kombinují a integrují své myšlenky do uspořádaných souvětí. Vlivem mediálních prostředků, knih a filmů posilují představivost a fantazii. Působením socializace se jim mění pohled na svět, potřebují se seberealizovat, ale zároveň stále vyžadují pocit bezpečí a jistoty.

Typický pro tento věk je tzv. adolescentní egocentrismus, kdy mají jedinci potřebu hyperkritičnosti, sklony k polemizování, debatám, mají potřebu ventilace svých myšlenek, které jsou správné a jedinečné. Dochází k častému střídání nálad, jsou podráždění a pesimističtí. Zároveň jsou velmi citliví a vztahovační na svou osobu.

Hledají a vytvářejí svou identitu. Pracují na ní v rámci školní třídy, či menší skupiny mezi přáteli nebo také v rodině. Identita, kterou si vytvoří, je pouze přechodná. Ztotožňují se se sociálními rolemi a učí se vnímat sociální statut.

Vlivem vysoké hormonální aktivity, jsou velmi emotivně založení. Jejich city mají velkou intenzitu a živost, pohybují se v krajních mezích – jsou labilní, mají nízké citové sebeovládání. City vyjadřují bez jakéhokoliv podnětu, dochází k rychlému přechodu, dokáží je skrývat nebo naopak velmi expresivně až přehnaně dávat najevo.

Významným bodem jejich života jsou sociální skupiny. Především rodina a ostatní skupiny např.: školní třída, sportovní kluby a jiné vrstevnické skupiny. V rámci rodiny dochází k transgeneračním konfliktům, rodiče přestávají být pro dítě autoritou a chladnou emocionální vazby na rodiče. Dochází k deidentifikaci – dítě nechce být jako jeho rodiči.

Ve škole žák neprojevuje zájem o učení, školní úspěšnost není cílem, ale prostředkem. Snaží se vyhnout konfliktům. Nastavuje si osobní standard, takovou

hodnotu, která bude vyhovovat, jak učitelům ve škole, tak rodičům. Po učitelích vyžadují spravedlnost a dodržování pravidel. Žák se zajímá o druhé pohlaví.

Žák vyhledává mezi vrstevníky takovou skupinu, která mu bude poskytovat oporu, zázemí, ochranu a konformitu k jeho normám. Skupina tvoří společná pravidla, vrstevníci se stávají neformálními autoritami. Potřeba přátelských vztahů je pro tuto fázi nejdůležitější. Přátelské vztahy jsou charakterizovány vzájemností, důvěrností a intimitou. (*Vágnerová, 2012*)

Učitel by měl být seznámen s psychomotorickým i fyzickým vývojem dětí, aby mohl klást na své žáky přiměřené úkoly. Zejména při tělesné výchově musí učitel brát zřetel na fyzické změny, kterými žáci v průběhu puberty prochází. Často se učitel stává „psychologem“, který uklidňuje žáky, že vše je zcela v pořádku a všechny změny jsou normální.

Jelikož jsou zásadní výstupy až pro devátý ročník, může učitel ve výchově ke zdraví aplikovat témata, která jsou pro danou třídu nejvhodnější. Znalost psychického vývoje žáků mu usnadní výběr vhodných témat, metod nebo zadávání úkolů, aby bylo vyučování co nejvíce efektivní. Pokud by učitel netoleroval jejich psychický vývoj, mohlo by dojít k nepochopení vyučované látky nebo ke špatnému vyložení dané problematiky. Zadané úkoly by byly pro žáky příliš těžké a došlo by k demotivaci pro další práci. (*Čáp, Mareš, 2000*)

7 Mezioborová spolupráce učitelů

Pro didaktickou tvorbu učebních úloh a jejich využití mezi žáky, musí učitelé součinně spolupracovat nejen s žáky, ale i se svými kolegy. Kvalita propojování různých oborových didaktik je kámen úrazu. Vypovídá o tom několik výzkumů, které se zabývají nedostatečnou aktivní účastí, slabým přenosem poznatků mezi jednotlivými předměty nebo propojení teorií s praxí. Společným problémem je neefektivní propojování obsahové stránky výuky s cíli výuky a činností žáka i učitele. Sami učitelé považují propojení různých oborů za velmi podstatnou složku výuky. (*Slavík, Janík, Jarníková, Tupý, 2014*)

7.1 Osobnost učitele

Učitel zaujímá ve společnosti postavení, které většina populace obdivuje. Musí působit psychicky vyrovnaně, akceptovat rychle se měnící požadavky společnosti a orientovat se v nových poznatcích vědy, kultury a techniky. Učitel by měl mít široký všeobecný rozhled, odborné znalosti a pedagogické kompetence, které jsou východiskem pro komunikaci se žáky. Jeho práce je velice náročná, zvláště v dnešní době, kdy se musí rychle rozhodovat, většinou pracuje samostatně, pohotově a pružně reaguje nebo vynakládá veliké množství energie.

Mezi všeobecné předpoklady učitele řadí Organizace pro mezinárodní rozvoj odborné znalosti daného oboru, pedagogické dovednosti, schopnost sebereflexe a sebehodnocení, empatii a angažovanost ve vztahu k druhým a manažerské kompetence.

Učitel by měl naplnit vzdělávací a výchovné představy žáků, rodičů i státu. Každý pedagog by v sobě měl rozvíjet vlastnosti, které mu mohou pomoci, aby se stal dobrým učitelem. Osobnost učitele, její rozvoj a otázky ve vztahu učitel – žák mají rozhodující význam pro vytváření výchovně-vzdělávacího procesu. (*Nelešovská, 2005*)

7.1.1 Vzdělání učitelů na základních školách

Podle zákona č. 563/2004 Sb., *O pedagogických pracovnících* a jeho novely v roce 2015, je kvalifikovaným učitelem člověk, který získá svoji odbornou kvalifikaci v akreditovaném magisterském studiu.

Z tohoto zákona lze také vyčíst, že učitelé nejsou povinni vyučovat pouze předmět, který studovali ve svém studijním programu. Obecně řečeno, důležité je, že je

člověk učitelem, ale nezáleží na tom jakého oboru, učit může všechno. Samozřejmě, že ne každý učitel se odhodlá učit předmět, který by si musel nejdříve nastudovat sám.

Snahou každé školy je mít kvalifikované učitele, ale jsou předměty, které utupují do pozadí, u kterých se tento problém neřeší. Mezi tyto předměty spadají všeobecně výchovy. Ve většině oborů najdeme společná témata. Je žádoucí, aby učitelé, kteří učí předmět, který nespadá do jejich aproby, komunikovali s kolegy, kteří vyučují aprobovaný předmět a řeší stejná nebo podobná témata.

7.2 Pedagogická komunikace

Komunikace ve školním prostředí probíhá mezi učiteli a žáky, mezi žáky navzájem a mezi učiteli navzájem. Při pedagogické komunikaci dochází k výměně informací. Komunikuje se většinou o nějakých faktech nebo se vyjadřují stanoviska, názory či přání a pokyny. Je to dvousměrný proces, bez zpětné vazby od žáka by se učitel nedozvěděl, zda žáka něčemu naučil. Bez vzájemné spolupráce nelze pedagogickou komunikaci uskutečňovat. Do pedagogické komunikace řadíme verbální i neverbální komunikaci. (Gavora, 1988)

„Pedagogická komunikace je výměna informací mezi účastníky výchovně-vzdělávacích cílů. Pedagogická komunikace se řídí osobitými pravidly, která určují pravomoce jejich účastníků.“ (Gavora, 1988, s. 22)

Komunikace mezi učiteli stejné vzdělávací oblasti je obohacující pro všechny učitele. Učitelé se mohou domlouvat na učivu ohledně obsahu výuky, předávat si zkušenosti s jednotlivými žáky nebo si doporučit vzdělávací metody, které jsou účinné pro jednotlivé třídy. Ve všech případech jsou učitelé lépe připraveni na výuku a mají širší pohled na učivo i jednotlivé žáky a třídy.

7.2.1 Účastníci pedagogické komunikace

Nejčastějšími účastníky pedagogické komunikace jsou osoby podílející se na výchovně-vzdělávacím procesu, tedy učitel a žák. Jsou to velmi nesouměrní komunikační partneři. Nesouměrnost se vyskytuje jak v rovině kvantitativní, tak v rovině sociální. V roli učitele je dospělá osoba, která stojí proti cele třídě, to vede k tomu, že učitel komunikuje převážně se skupinou jako s celkem – tzv. masová komunikace.

Druhou podstatnou skupinu tvoří učitelé a komunikace mezi nimi navzájem. Jedná se o verbální komunikaci, jejímž cílem je dosáhnout lepších výsledků nebo výchovných cílů

u jednotlivých tříd a žáků. Učitel by dále měl být kompetentní k podání zpětné vazby svému kolegovi. (*Průcha, 2009*)

7.3 Možnosti spolupráce učitelů

Pokud mají být znalosti žáků profesionální a zakotvené, měly by být zdůvodněné a doložené co nejvíce informacemi, které jsou navzájem shodné. Tyto informace by měly být jasné a přesné, aby si je pamatoval co nejdéle. Proto spolu musí učitelé spolupracovat a komunikovat o obsahu a konkrétních cílech výuky. (*Slavík, Janík, Jarníková, Tupý, 2014*)

Předávání informací v předmětech výchova ke zdraví a tělesná výchova často vyžaduje důvěrnější vztah mezi učitelem a žákem. V komunikaci vstupují do popředí kromě pedagogických aspektů i aspekty psychologické a sociální. Na žáka mají vliv nejen vědomosti a zkušenosti učitele, ale celá osobnost a charakter učitele, jeho vlastnosti, zájmy, oblečení a vztah k dětem.

Kromě interakce s učitelem, žáka ovlivňuje prostředí, kde dochází k výchovně-vzdělávacímu procesu. Zda se žák cítí ve školním prostředí příjemně poznáme z jeho vyjadřování. Učitel nikdy nepůsobí na všechny žáky stejně, ale především učitelovy pedagogicko-psychologické schopnosti jsou základem pro utváření příznivé atmosféry.

Dlouhodobá spolupráce umožní učiteli poznat žáka tak, aby k němu mohl přistupovat podle jeho individuálních schopností, zájmů a vlastností. To vyžaduje poznání žákovy rodinné situace, zdravotního stavu nebo mimoškolních aktivit. Pokud si učitel u žáků získá důvěru, dosáhne u nich snadněji plnění úkolů. Žáci to projeví svým chováním, otevřeností a komunikací. (*Fialová, Flemr, 2014*)

7.3.1 Hospitace

Z obecného hlediska je hospitace synonymum pro návštěvu. Pokud je hospitace prováděna ve školním prostředí, máme na mysli metodu pedagogické diagnostiky, která má určité funkce. Slouží ke kontrole pedagogické práce, diagnostikuje vzdělávací potřeby učitele, mapuje efektivitu vzdělávání, sleduje práci začínajících pedagogů a v neposlední řadě je hospitace nástrojem sebereflexe a seberochovy učitele. Učitel by měl zvládat obě strany hospitace. V přítomnosti kolegy vyučovat obvyklým způsobem a být schopen pozorovat a podávat zpětnou vazbu vyučujícímu. (*Rys, 1988*)

Pokud chceme vést učitele k lepšímu porozumění jeho profesní činnosti, dorozumívání mezi obory a ke zlepšení alternativních výuk, jedná se o hospitaci rozvíjející. Opakem je hospítace kontrolní, která si klade za cíl pouze vyhodnotit kvalitu učitelské práce.

Východiskem hospítace by měl být rozhovor mezi učiteli, kde si navzájem zhodnotí vyučovací hodinu a navrhnou další plán postupu. Třída reaguje na každého učitele jinak, má k němu jiný vztah a jinou autoritu. Učitel může se třídou pracovat různými metodami, které jsou pro druhého nemyslitelné. Pro učitele, který provádí hospitaci, je veliká zkušenost a výhoda vidět práci třídy s jiným učitelem. Proto by se měli vyučující v jedné třídě dohodnout nad probíranou látkou tak, aby to nečinilo větší úskalí pedagogům ani dětem. (*Rys, 1988*)

7.3.2 Badatelský přístup – didaktická rekonstrukce

Východiskem je impuls od učitelů, kteří chtějí změnu a mají znalosti pro zlepšení. Cítí, že jejich způsob výuky má jisté nedostatky a jsou připraveni pro alternativu. Učitel nejdříve provede sebereflexi svého výkonu, zjistí konkrétní problémy jejichž řešení spočívá v začlenění nebo spolupráci s druhým oborem, a konzultuje svůj výsledek bádání s učitelem příslušného oboru. Tento způsob je použitelný ve většině výzkumů, které vedou k porozumění procesům výuky.

Model didaktické rekonstrukce se zaměřuje na hlavní komponenty výuky, mezi které řadíme: studium žákovských představ týkajících se obsahu učení, analýzu a výklad obsahu příslušného oboru vzdělání a zkoumání učebního prostředí. Tento přístup je komplexní a soustředí se na vztah mezi obsahem, cíli a žákovskou činností nebo komunikací. Jedním z cílů tohoto přístupu je také součinnost žáků mezi sebou a s učitelem. (*Kasíková, Dubec, 2009*)

7.3.3 Učitelské týmy

Pojetí školy jako učící se organizace je pro zkvalitnění výuky zásadní. Propojování nejrůznějších úrovní je cestou ke splnění tohoto cíle. Právě osamělost učitelů v profesních činnostech je problém, který vede k proměně školy, proto jsou preferovány učitelské týmy, které spolu řeší a konzultují pracovní povinnosti.

Týmy bývají 3-5členné. Z výzkumu vyplývá, že spolupráce pro týmy, které tvořili učitelé z různých oborů, je běžná, pokud se jedná o výukový projekt. Pokud vede

k podpoře vzdělávacích kompetencí, tedy zdokonalování vlastní výuky, je pro ně tato spolupráce nová, ale velice užitečná.

Učitelé v týmech spolupracují pomocí rozhovorů, vzájemných hospitací v hodinách, prostřednictvím školního e-mailu, společnou tvorbou nástěnek nebo plánováním exkurzí. Kromě uvedeného pracují na vzájemné kooperaci.

Tento projekt se ve školách neobjevuje a vedení školy spíše preferuje předmětové komise, ačkoliv pro učitele je zásadnější mezioborová spolupráce. (*Kasíková, Dubec, 2009*)

Učitelé mají mnoho možností, jak spolu spolupracovat. Ať už se jedná o spolupráci mezi dvěma učiteli nebo učitelským týmem, učiteli stejných nebo různých vzdělávacích oblastí nebo učiteli začínajícími a učiteli s dlouholetou praxí. Důležitým faktorem je ochota spolupracovat, umět přijímat kritiku a nebát se projevit svůj názor. Z kvalitní spolupráce mohou učitelé i žáci pouze vytěžít a vzdělávání získá efektivnější rozměr.

Na příklad učitelé tělesné výchovy a výchovy ke zdraví mají mnoho společných témat a výstupů, která se vzájemně propojují a doplňují. Spolupráce těchto pedagogů by zamezila opakování témat a zároveň poskytla více času na specifickou problematiku daného předmětu.

8 Výzkumné šetření na základních školách

Druhá část diplomové práce zkoumá názory učitelů vyučujících výchovu ke zdraví a tělesnou výchovu, integraci předmětu výchova ke zdraví do ostatních oborů a mezioborovou spolupráci učitelů. Tyto informace jsou zjišťovány na menších školách v oblasti Vlášimska. Metodou strukturovaných rozhovorů s učiteli, pozorováním školního prostředí a rozbořem školního vzdělávacího programu zjistím:

- 1) Aprobace učitelů vyučujících výchovu ke zdraví a tělesnou výchovu. Především kolik učitelů vyučujících tento předmět je k tomu kompetentně vzdělaných a jaká je jejich druhá aprobace. Předpokládám, že minimálně polovina dotazovaných učitelů bude vyučovat předměty odpovídající jejich aprobaci.
- 2) Problémy, které učitelům brání v kvalitní výuce. Domnívám se, že učitelé výchovy ke zdraví budou spatřovat úskalí v nedostatku kvalitních učebnic a učitelé tělesné výchovy nebudou spokojeni s materiálním vybavením tělocvičen.
- 3) Propojenost mezioborových didaktik z pohledu učitelů a spolupráci učitelů vyučujících tyto předměty. Odhaduji, že učitelé výchovy ke zdraví vidí největší propojenost s tělesnou výchovou a učitel tělesné výchovy s přírodopisem.
- 4) Názory učitelů k myšlence integrovat výchovu ke zdraví s tělesnou výchovou.

8.1 Metody výzkumného šetření

V prvé řadě jsem zanalyzovala školní vzdělávací programy jednotlivých škol, které mi prozradily zaměření školy, počty hodin na druhém stupni nebo tradiční projekty dané školy. Zároveň mě tato analýza motivovala k sestavení otázek ve strukturovaném rozhovoru.

Po předchozí domluvě s učiteli a řediteli jednotlivých škol jsem měla možnost vybrané školy navštívit. Školy jsem si s danými osobami prošla, pozorovala atmosféru školy, vybavení, pomůcky a přístup učitelů k žákům.

Nejpodstatnější pro mou práci byl strukturovaný rozhovor se samotnými učiteli vyučovacích předmětů výchova ke zdraví a tělesná výchova. Jednotlivé rozhovory nebyly časově ohraničené. Průměrná doba trvání byla 20 minut. Odpovědi jsem si zaznamenávala do předem připravených záznamových archů.

8.1.1 Otázky strukturovaného rozhovoru

1. Jaká je vaše aprobace?
2. Jak dlouho učíte ve škole a jak dlouho učíte výchovu ke zdraví/tělesnou výchovu?
3. V jakém předmětu je integrovaná výchova ke zdraví ve vaší škole?
4. Vidíte nějakou spojitost mezi výchovou ke zdraví/tělesnou výchovou a jinými předměty?
5. Co by vám usnadnilo práci při výuce výchovy ke zdraví/tělesné výchovy?
6. Konzultujete společná témata s kolegy jiných oborů? Jakým způsobem?
7. Jaké jsou hlavní cíle výchovy ke zdraví/tělesné výchovy ve vaší škole?
8. Poznáte, zda výuka výchovy ke zdraví/tělesné výchovy má pro žáky smysl, že je baví? Jak?
9. Považujete výuku výchovy ke zdraví za podstatnou součást vzdělávání žáků na základní škole? Proč?
10. Jaký je váš názor na integraci výchovy ke zdraví s tělesnou výchovou? Jaké by to mohlo mít výhody nebo nevýhody?

(otázky 3 a 9 jsou určeny pouze pro učitele výchovy ke zdraví)

8.2 Charakteristika zkoumaných škol

Výzkum je zaměřen na základní školy, které nesídlí přímo ve Vlašimi. Jsou to menší školy, kam dochází děti ze spádových obcí. Tyto školy jsem zvolila kvůli menšímu počtu pedagogů. Myslím si, že je to důležitý faktor pro pozorování spolupráce mezi učiteli. Pokud spolu nespolupracují učitelé, kteří se v malé škole setkávají každý den, sdílí spolu jednu sborovnu, možná i bydliště, pravděpodobně spolu nebudou spolupracovat ani učitelé ve větších školách, kde k tomu mají náročnější podmínky.

Nejméně početnou školou je základní škola Zdislavice, ve které vyučuje 8 pedagogů méně než 100 žáků. V ZŠ Načeradec vyučuje 11 pedagogů kolem 120 žáků. Se srovnatelným počtem pedagogů funguje ZŠ Trhový Štěpánov, ve které vyučuje 10 pedagogů bezmála 200 žáků. Větší školou je ZŠ Čechtice, kterou navštěvuje okolo 270 žáků. Všechny školy jsou státní a zřizovatelem je obec, ve které se nachází.

8.2.1 ŠVP ZŠ Zdislavice

ZŠ Zdislavice pojmenovala svůj školní vzdělávací plán ZDISLAV, který byl schválen v roce 2011. Školu tvoří dvě menší budovy, ve kterých jsou stísněné prostory. Učitelé sdílejí jednu sborovnu, kde mají k dispozici pouze jeden počítač pro tvorbu příprav na vyučování. Škola disponuje vlastní cvičnou kuchyňkou, dílnami i školními pozemky, které jsou ale od školy vzdáleny cca 1 km na okraji obce. Škola využívá tělocvičnu městysu Zdislavice.

Pedagogové každý rok absolvují nejméně jeden společný seminář. V oblasti sociálně-patologických jevů, v problematice ochrany člověka za mimořádných událostí, vzdělávají se v první pomoci nebo se účastní seminářů dle potřeb osobního a sociálního rozvoje. V případě zájmu žáků disponují kvalifikovaným učitelem pro zdravotní tělesnou výchovu.

Škola se pravidelně zúčastňuje regionálních projektů jako je např.: Den Země, Zdravé zuby, Kouření a já nebo Bezpečně do školy. Zároveň pořádají vlastní školní projekty a zachovávají brannou výchovu v rámci branného týdne.

Hlavním cílem Zdislavu je utváření a co největší rozvíjení klíčových kompetencí. Na prvním stupni jsou sloučeny dva ročníky a na druhém stupni probíhají výchovné předměty v dvouhodinových blocích a tvoří je skupiny sloučené ze dvou sousedních ročníků. Důraz se klade na komunikaci, práci s informacemi, kooperaci, spolupráci s rodiči a dalšími institucemi. Žákova osobnost se má rozvíjet jako celek.

Průřezová témata jsou integrována do jiných vyučovacích předmětů. Tělesná výchova se vyučuje na druhém stupni s časovou dotací 2 hodiny týdně v každém ročníku. Výchova ke zdraví je vyučována v 7. – 9. ročníku s časovou dotací 1 hodina týdně a 1 hodina je disponibilní.

8.2.2 ŠVP ZŠ Načeradec

ZŠ Načeradec nazvala svůj školní vzdělávací plán CESTA K POZNÁNÍ.

Základní škola je umístěna v jedné budově, avšak v těsné blízkosti je ještě jedna budova, kde sídlí mateřská škola. Celý objekt je nově zrekonstruovaný. Ve škole je 9 kmenových tříd a 6 specializovaných učeben, mezi kterými najdeme cvičnou kuchyňku, školní dílny nebo pracovnu šití. V téže budově se nachází i dobře vybavená tělocvična.

Asi 300 m od školy, ve středu obce, se nachází školní pozemek. Učitelé pro svou přípravu využívají notebooky.

Věkový průměr pedagogických pracovníků je 44 let. Škola vypracovala pro nově začínající pedagogy plán Pomoc začínajícím a nekvalifikovaným učitelům. Zázemí učitelů se nachází ve společné chodbě, kde jsou umístěny jednotlivé kabinety. Většinou slouží jeden kabinet pro 2 – 3 učitele. V každém kabinetu se nachází nejméně jeden počítač nebo notebook.

Tělesná výchova se vyučuje na druhém stupni s časovou dotací 2 hodiny týdně v každém ročníku. Předmět výchova ke zdraví je vyučována v 8. a 9. ročníku jedenkrát týdně. V 7. ročníku v druhém pololetí škola nabízí volitelný předmět příprava pokrmů.

Škola je zapojena do projektu Ovoce do škol nebo Seznam se bezpečně. Pravidelně se ve škole pořádají akce jako jsou na příklad: vánoční trhy, zpěv vánočních koled, pasování na čtenáře nebo masopust.

8.2.3 ŠVP ZŠ Trhový Štěpánov

Školní vzdělávací program pro základní vzdělávání se nazývá ŠKOLA PRO ŽIVOT, který je platný od roku 2013. Budova školy se nachází v okrajové části Trhového Štěpánova v blízkosti mateřské školy, se kterou základní škola úzce spolupracuje při přípravě budoucích prvňáků. Ve škole se nachází 16 učeben, z toho jich 7 slouží jako odborné pracovny. Součástí školy je tělocvična a nové venkovní hřiště s umělým povrchem.

Třetinu pedagogického sboru tvoří muži. Učitelé stejného ročníku spolu spolupracují a tvoří vzdělávací plán tak, aby byl výsledkem smysluplný celek. Základním plánovacím obdobím je měsíc. Kabinety jsou využívány pro pomůcky. Učitelé mají své zázemí ve sborovně, kde se každý den setkávají.

ŠVP se soustředí na kompetence, které jsou důležité pro život. Nepodporuje encyklopedické vědomosti. Správně odvedená práce v žácích vzbuzuje pocit bezpečí, pozitivní prožívání, získávání zdravého sebevědomí, rozvíjí kritické myšlení a schopnost sebehodnocení. Záměrem školy je vytvořit pro žáky takové prostředí, kde se jim bude dostávat kvalitní a kvalifikované péče a budou se tam cítit spokojeně a bezpečně.

Průřezová témata jsou zařazovaná do jednotlivých vzdělávacích oblastí a předmětů. Škola nabízí přírodovědné, hudební, výtvarné a sportovní volnočasové

aktivity. Jejich variabilita je vysoká, protože škola spolupracuje se ZUŠ ve Zruči nad Sázavou.

Tělesná výchova je na druhém stupni vyučována v každém ročníku dvakrát týdně, výchova ke zdraví je vyučována v 6. – 9. ročníku jedenkrát týdně. Škola vyjíždí pravidelně každý rok na lyžařský výcvik a účastní se sportovních soutěží a turnajů.

Škola pořádá pravidelně každý rok několik projektů, do kterých jsou zapojeny všechny ročníky. Jedná se např. o: Po roce Vánoce přicházejí nebo Co Čech to muzikant. Kromě toho je zapojena do několika ročníkových, krátkodobých i celoškolních projektů.

8.2.4 ŠVP ZŠ Čechtice

Základní škola Čechtice svůj školní vzdělávací plán specificky nenazvala. Škola se nachází na okraji Čecht, přibližně 2/5 tvoří místní žáci, ostatní jsou žáci ze spádových vesnic. Škola prošla rekonstrukcí a dnes je tvořena moderní třípatrovou budovou, školní jídelnou, družinami, tělocvičnou a přilehlými dětskými a sportovními hřišti. Žáci se vzdělávají ve 22 učebnách, z toho jich je polovina odborných. Celá škola umožňuje bezbariérový přístup.

Učitelský sbor tvoří přibližně 18 učitelů s převahou žen. Učitelé jsou rozděleni podle oborů do kabinetů.

Prioritou školy je vzdělávat v souladu s psychosomatickým vývojem dětí. To vyžaduje další vzdělávání pedagogických pracovníků zejména v psychologii, pedagogice, ale i v moderních metodách v didaktice předmětů a v neposlední řadě práci s výpočetní a komunikační technikou.

Školní vzdělávací plán se soustředí na komunikační dovednosti žáků, práci s komunikační a výpočetní technikou, sportovní výchovu, nabídku volitelných předmětů a inkluzivní vzdělávání.

Škola pořádá několik školních projektů, většinou má každá třída na starosti předem daný projekt. O zařazení do školního projektu se rozhodují žáci se svým třídním. O zařazení do dalších projektů rozhoduje ředitel školy. Školní projekty jsou tematické – Velikonoce nebo Vánoce, ale jsou i netradiční – Branný den, Kouzlo knížek, Projekt Charita, Já a moje zdraví nebo Cestujeme v čase. Žáci preferovaných tříd dojíždí na plavecký výcvik a žáci 7., 8., a 9. ročníku jezdí na lyžařský výcvik.

Průřezová témata jsou integrována do běžné výuky. Ředitelem školy bylo schváleno zařazení zdravotní výchovy jako průřezového tématu. Tělesná výchova je vyučována na druhém stupni 2x týdně a výchova ke zdraví v předmětu rodinná výchova 1x týdně v 6. 8. a 9. ročníku. Žáci si dále vybírají volitelné předměty. V 6. a 7. ročníku so volí 3 hodiny týdně, v 7. ročníku 2 hodiny týdně a v 9. ročníku si vybírají jeden volitelný předmět. Na výběr mají z jedenácti volitelných předmětů, ale některé jsou doporučovány pro vybraný ročník.

Škola dále nabízí 13 zájmových činností.

8.3 Subjektivní pohled na dotazované učitele

Přesto, že jsem se setkala s osmi lidmi stejné profese, každý na mě působil jiným dojmem. Od některých jsem odcházela s pocitem, že je to člověk na správném místě, jiný na mě působil velmi rozpačitě a zbrkle.

8.3.1 ZŠ Zdislavice – učitel výchovy ke zdraví

Na základní škole ve Zdislavicích učí výchovu ke zdraví paní učitelka s dlouholetou praxí. Na první pohled je vidět, že o svůj životní styl dbá. Nejprve odpovídala stručně, ale následně se rozpovídala i o tématech, která jsou zajímavá, ale nebyla podstatou rozhovoru. Vše doplňovala na konkrétních příkladech, které se jí přihodily, ukazovala mi vzorové sešity, které má od žáků několik let, nebo projekty, které žáci vypracovali. Orientovala se v problematice zdraví, hovořila v termínech, na otázky odpovídala hned, nemusela nad ničím přemýšlet nebo vyhledávat. Ze školy jsem odcházela se spokojeným dojmem a tiše žákům záviděla, že je učí právě ona.

8.3.2 ZŠ Zdislavice – učitel tělesné výchovy

Paní učitelka, která vyučuje tělesnou výchovu, je zároveň ředitelkou této školy. Bohužel tento předmět na druhém stupni nemá kdo jiný vyučovat, proto ho vzala do vlastních rukou. Na první pohled je zřejmé, že sport mezi její koníčky patřit nebude. Ale působila velmi příjemně, má velmi silný hlas, který v tělocvičně určitě využije. Vyučování bere s nadhledem, žákům dává sebe jako špatný příklad, není to typ přísné striktní paní učitelky, je vidět, že ráda pracuje s dětmi a ví, jak žáky zaujmout i přesto, že jim většinu cvičení nepředvede. Mezi jednu z nejhorších informací, kterou jsem během rozhovoru zjistila, řadím tu, že se na tělesnou výchovu paní učitelka nepřevléká.

8.3.3 ZŠ Načeradec – učitel výchovy ke zdraví

Paní učitelka, která vyučuje výchovu ke zdraví, je na první pohled velmi sympatická a milá. Při rozhovoru byla velice stručná a na mnoho věcí si stěžovala. Výchovu ke zdraví bere jako předmět, který se musí odučit, nemá žádné oblíbené téma, vadí jí, že se okruhy v jednotlivých ročnících opakují, protože žáky to nebaví. Přišlo mi, že ji samotnou problematika zdraví nezaujala a bohužel svůj přístup přenáší i na žáky. Tento rozhovor byl ze všech nejkratší.

8.3.4 ZŠ Načeradec – učitel tělesné výchovy

Na této škole jsem se setkala s paní učitelkou, která vyučuje tělesnou výchovu proto, že sama byla aktivní členkou tamějšího sokolského spolku a k tělesné výchově má vřelý vztah. Je menšího vzrůstu, v tělocvičně si autoritu zjednává pomocí pískalky, vyžaduje určitý řád a poslušnost. Přesto, že působí velmi přísně, u žáků se těší veliké oblibě. Pod jejím vedením se žáci několikrát zúčastnili sportovních turnajů, kde obsadili první příčky. Velice se jí zamlouval teoretický nápad propojit tělesnou výchovu a výchovu ke zdraví.

8.3.5 ZŠ Trhový Štěpánov – učitel výchovy ke zdraví

Paní učitelka, která vyučuje v Trhovém Štěpánově výchovu ke zdraví, má vřelý lidský přístup. Po pár minutách rozhovoru jsem měla pocit, že se známe několik let. Disponuje příjemným hlasem a na otázky odpovídala, jako by vyprávěla pohádku. Nejvíce mě zaujala její odpověď na otázku: Ve kterých předmětech vidí spojitost s výchovou ke zdraví? Všichni učitelé jmenovali na prvním místě přírodopis, ona informační a komunikační technologii. Narazila na problematiku dětí a internetu, kde si mohou vše vyhledat. Má velmi zajímavé názory, s kterými se ztotožňuji, možná právě proto ji řadím k nejlepším vyučujícím výchovy ke zdraví, které jsem navštívila.

8.3.6 ZŠ Trhový Štěpánov – učitel tělesné výchovy

Pan učitel na základní škole v Trhovém Štěpánově je „tělocvikář“ tělem i duší. Kromě výuky tělesné výchovy hraje rekreačně fotbal, tenis, ping-pong a provozuje mnoho dalších aktivit. Nejen díky své urostlé postavě budí u žáků respekt, většinu cvičení žákům předvádí a umí jim poradit. Je si vědom problematiky trávení volného času dětí, proto se snaží žáky motivovat různými kroužky a účastí na sportovních soutěžích. Přesto,

že jeho aprobační je učitelství 1. stupně, tělesná výchova v jeho kompetenci dosahuje kvalitních rozměrů, je pestrá a dle mého názoru většinu žáků naplňuje a baví.

8.3.7 ZŠ Čechtice – učitel výchovy ke zdraví

Na základní škole v Čechticích jsem se setkala s nejmladší dotazovanou paní učitelkou, která tam vyučuje od začátku školního roku. Na první pohled příjemná a usměvavá paní učitelka, ale během rozhovoru působila odmítavě, odpovídala stručně a velmi obecně. Brala mě tak, že ji zkouším a ona musí odpovídat správně. Ve výsledku ji nedělá nic žádné větší problémy, všechna témata má oblíbená, její žáky všechno baví, s kolegy samozřejmě komunikuje a výchova ke zdraví je integrována do všech předmětů. Při odchodu z této školy jsem měla pocit, že moje návštěva byla úplně zbytečná.

8.3.8 ZŠ Čechtice – učitel tělesné výchovy

Tento předmět vyučuje muž, který má ke sportu kladný vztah. Na první dojem působí velmi příjemně a mile. Snaží se žákům vymýšlet zábavné hodiny a přichází s netradičními sporty, aby všichni žáci měli nějaký oblíbený druh sportu. Pan učitel je výřečný, ale v problematice zdraví se neorientuje, neodpovídal v termínech, některým otázkám nerozuměl. Jeho učitelská profese spočívá v samotné výuce, spolupráci s ostatními učiteli nevyhledává, někdy až „bojkotuje“. Myslím si, že čím lepším učitelem je, tím horším bude kolegou.

8.4 Výsledky výzkumného šetření

Po předchozí domluvě se základními školami jsem 17. 2. 2017 navštívila ZŠ Zdislavice a ZŠ Načeradec. 24. 2. 2017 jsem uskutečnila návštěvu v ZŠ Trhový Štěpánov a ZŠ Čechtice.

8.4.1 Aprobace učitelů

Učitel VZ	Aprobace
ZŠ Zdislavice	čeština – dějepis
ZŠ Načeradec	ruský jazyk - zeměpis
ZŠ Trhový Štěpánov	učitelství pro 1. stupeň
ZŠ Čechtice	český jazyk - občanská výchova

Doplnění: Paní učitelka vyučující výchovu ke zdraví na ZŠ Zdislavice úspěšně absolvovala v roce 2001 kurz pro výuku výchovy ke zdraví při PedF UK.

Shrnutí: Učitelé vyučující výchovu ke zdraví nejsou aprobovaní k výuce tohoto předmětu. 3 učitelé ze 4 nejsou vůbec seznámeni s problematikou zdraví. Aprobace učitelů vyučujících výchovu ke zdraví je různá, není mezi nimi žádná spojitost.

Učitel TV	Aprobace
ZŠ Zdislavice	učitelství 1. stupeň
ZŠ Načeradec	dějepis
ZŠ Trhový Štěpánov	učitelství pro 1. stupeň
ZŠ Čechtice	IKT

Shrnutí: Nikdo z učitelů není k výuce TV aprobovaný. Učitelé 1. stupně jsou pro výuku pravděpodobně přijatelnější, protože by měli být schopni vést předmět u mladších dětí. Samozřejmě, že podstatnou roli hraje osobní přístup učitele k předmětu, který je ve výchovných předmětech prioritní.

8.4.2 Délka pedagogické praxe

Učitel VZ	Pedagogická praxe	Výuka výchovy ke zdraví
ZŠ Zdislavice	38 let	17 let
ZŠ Načeradce	31 let	10 let
ZŠ Trhový Štěpánov	12 let	2 roky
ZŠ Čechtice	2 roky	1 rok

Shrnutí: Délka praxe učitelů vyučujících výchovu ke zdraví je různá. Výchovu ke zdraví vyučují učitelé různých věkových kategorií. Jelikož výchovu ke zdraví vyučují ženy, v délce celkové praxe je započítána i mateřská dovolená. Kromě ZŠ Zdislavice vyučují výchovu ke zdraví učitelé, kteří potřebují doplnit plný úvazek. Paní učitelka ze ZŠ Zdislavice počítá výuku výchovy ke zdraví i před zavedením RVP v podobě rodinné výchovy.

Učitel TV	Pedagogická praxe	Výuka tělesné výchovy
ZŠ Zdislavice	23 let	15 let
ZŠ Načeradce	35 let	20 let
ZŠ Trhový Štěpánov	21 let	15 let
ZŠ Čechtice	15 let	6 let

Shrnutí: Nikdo z učitelů neučil tělesnou výchovu, jako svůj první předmět. K tělesné výchově se dostali až v průběhu své praxe. Většinou je k tomu vedl osobní zájem ke sportovní činnosti.

8.4.3 Začlenění výchovy ke zdraví ve ŠVP

Základní škola	Integrace VZ
ZŠ Zdislavice	VZ je samostatný předmět (1 hodina týdně v 7., 8., a 9. třídě)
ZŠ Načeradec	VZ je samostatný předmět (1 hodina týdně v 8. a 9. třídě)
ZŠ Trhový Štěpánov	VZ je samostatný předmět (1 hodina týdně v 6., 7., a 8. třídě)
ZŠ Čechtice	VZ je vyučována v předmětu Rodinná výchova a integruje se do všech ostatních předmětů (RV v 6., 8. a 9. třídě)

Shrnutí: Všechny dotazované školy vyučují výchovu ke zdraví jako samostatný předmět a zároveň se ji snaží promítat do ostatních předmětů. Rozložení výuky ve školách je různé. Jako méně vhodné rozložení bych volila to, kde je vynechána 9. třída, protože k určitým tématům musí žáci nejprve vospět. Zároveň si učitel se staršími žáky může dovolit efektivnější metody, které pro ně mají větší smysl, a někteří mohou mít zkušenosti, které jsou pro ostatní vhodným příkladem.

Ve všech základních školách funguje cvičná kuchyňka, kde se žáci učí vařit. ZŠ Načeradec vyučuje výchovu ke zdraví pouze ve dvou ročnících, ale disponuje dalšími předměty, kde se problematice zdraví věnují, např. péče a údržba v domácnosti.

8.4.4 Spojitost VZ a TV s jinými předměty z pohledu učitelů

Učitel VZ	Předměty
ZŠ Zdislavice	Přírodopis – lidské tělo, výchova k občanství – globální problémy, mezilidské vztahy, tělesná výchova – správné držení těla
ZŠ Načeradec	přírodopis – intimní hygiena, občanská výchova – mezilidské vztahy, příprava pokrmů – výživa, péče a údržba v domácnosti – hygiena potravin
ZŠ Trhový Štěpánov	přírodopis – lidské tělo, informační komunikace – bezpečí na internetu, reklama, výtvarná výchova – tvorba plakátů
ZŠ Čechtice	přírodopis – lidské tělo, infekční onemocnění výtvarná výchova – tvorba propagačních materiálů, reklamy

Shrnutí: Všichni učitelé jmenovali na prvním místě přírodopis, což je zajímavé, protože přírodopis je velice obsáhlý předmět a společné pro oba předměty je pouze lidské tělo. Na druhém místě se většinou objevoval další předmět, který učitelé vyučují. To ukazuje, že učitel VZ je kompetentní zahrnout problematiku zdraví do jiných oborů, na první pohled zcela odlišných. Pouze paní učitelka ze ZŠ Zdislavice uvedla výchovu ke zdraví do spojitosti s tělesnou výchovou.

Učitel TV	Předměty
ZŠ Zdislavice	přírodopis – lidské tělo, výchova ke zdraví – pravidelný sportovní režim
ZŠ Načeradec	dějepis – kalokagathia, starověké OH, Sokol, výchova ke zdraví – doping, fair-play, výchova k občanství
ZŠ Trhový Štěpánov	výchova ke zdraví – správné držení těla, pravidelný pohyb, přírodopis – anatomie, fyziologie, fyzika – rychlost, síla, setrvačnost,
ZŠ Čechtice	přírodopis – lidské tělo, fyzika – těžiště, rychlost

Shrnutí: Učitelé také nejvíce propojují tělesnou výchovu s přírodopisem, ale především se u třech z nich objevuje spojitost s výchovou ke zdraví. Může to být ovlivněno tím, že učitel žáka v hodině pozoruje v různých situacích, polohách nebo pohybech a při hledání

příčin úspěchu či neúspěchu se dostává za hranice tohoto předmětu, vnímá žáka jako bytost, která je ovlivněna mnoha faktory.

Přírodopis je obsáhlý předmět, který zkoumá jak živou, tak neživou přírodu, botaniku, zoologii a v neposlední řadě i lidské tělo. Anatomie a fyziologie člověka je obsažena, v porovnání s ostatními, v malé kapitole. Je zajímavé, kolik učitelů vidí spojitost s tímto předmětem kvůli této části.

Dalším častěji zmiňovaným předmětem je fyzika, kterou jmenovali učitelé muži. Fyzika má s tělesnou výchovou spojitost v teoretické rovině, především v atletice a gymnastice. Jmenování dějepisu mě potěšilo, protože na historii TV se na základních školách často zapomíná.

8.4.5 Potřeby pro usnadnění výuky

Učitel VZ	Potřeby
ZŠ Zdislavice	Paní učitelka je se vším spokojená, nic nepotřebuje.
ZŠ Načeradec	Paní učitelka si stěžuje na nedostatek materiálů pro pestrou výuku, mnoho materiálů si sama vyhledává, nekvalitní obsah učebnic pro výuku.
ZŠ Trhový Štěpánov	Paní učitelka není spokojená s učebnicemi a postrádá kvalitní pracovní listy pro výuku předmětu. Příprava ji zabere mnoho času, většinu informací si vyhledává na internetu.
ZŠ Čechtice	Paní učitelka je se vším spokojená.

Shrnutí: Největším problémem učitelů výchovy ke zdraví jsou učebnice. Postrádají aktuální materiály na přípravu hodin. Většina stráví nad přípravami delší čas než nad jinými předměty. Výchova ke zdraví je předmět, kde stále dochází ke změně a přípravy z minulých let se ne vždy dají použít.

Žádný z učitelů si nestěžoval na spolupráci s jinými obory a učiteli, na opakování témat nebo na pro ně problémová témata.

Učitel TV	Potřeby
ZŠ Zdislavice	Paní učitelka není spokojená s vybavením tělocvičny, pomůcky a nářadí jsou rozbité nebo zastaralé.
ZŠ Načeradec	Paní učitelka by chtěla novější vybavení tělocvičny a modernější pomůcky. Ale přesto je skromná a říká, že i s tím, co mají, se dá připravit kvalitní výuka.
ZŠ Trhový Štěpánov	Pan učitel by přivítal alespoň jednu teoretickou hodinu za měsíc na víc. Starší žáky prý zajímá problematika dopingů nebo životopisy slavných sportovců, ale v hodinách na to není čas. Také by přivítal modernější vybavení tělocvičny.
ZŠ Čechtice	Pan učitel by chtěl vybavit tělocvičnu novými pomůckami. Při nedávné rekonstrukci došlo na výměnu podlahy a oken, ale pomůcky se zachovaly.

Shrnutí: Učitelům tělesné výchovy by při výuce pomohlo modernější vybavení. Zároveň konstatovali, že vědí, jak jsou tyto pomůcky finančně náročné, a že výuka se zvládne i s tím, co mají. Pouze jeden učitel se odpoutal od materiálního vybavení a přiznal, že by mu pomohla jedna teoretická hodina za měsíc, kterou by využil k aktuálním problémům ve sportu. Žádný z učitelů neuvedl mezioborovou spolupráci.

8.4.6 Způsob spolupráce s jinými učiteli

Učitel VZ	Způsob spolupráce
ZŠ Zdislavice	Paní učitelka upřednostňuje osobní kontakt. Nejčastěji vede rozhovor ve sborovně s učitelem přírodopisu, rozdělují si témata shodná s přírodopisem.
ZŠ Načeradec	Paní učitelka si vyměňuje ŠVP s učiteli, nahlížením do časového plánu, v případě nesrovnalostí vede s kolegy rozhovor na chodbě.
ZŠ Trhový Štěpánov	Paní učitelka si povídá ve sborovně s učitelem přírodopisu.
ZŠ Čechtice	Paní učitelka občas nahlédne do třídnice, ale spíše s nikým nespolupracuje, není to třeba.

Shrnutí: Učitelé nejsou zvyklí mezi sebou spolupracovat. Pokud dochází k nějaké konfrontaci, je to chvilka na chodbě nebo u oběda, žádné plánované porady. Nenechávají si vzkazy, upřednostňují osobní kontakt. Jediný odlišný způsob spolupráce uvedla paní učitelka z Načeradce, která má učební plány ostatních kolegů. Paní učitelka z Čechtice přiznala, že ji to ani nenapadlo, jít za jiným učitelem, který by mohl vyučovat podobné téma.

Učitel TV	Způsob spolupráce
ZŠ Zdislavice	Paní učitelka v rámci tělesné výchovy s nikým nespolupracuje. Se vším si poradí sama. Žádné teorii se nevěnuje.
ZŠ Načeradec	Paní učitelka žádnou iniciativu nevyvíjí, někdy se přijde zeptat jiný učitel, ale spíše ohledně chování a fair play než kvůli obsahu vyučovací hodiny.
ZŠ Trhový Štěpánov	Občas se pan učitel ve sborovně zeptá kolegy fyzikáře, ale prý už za ty roky učební plán zná. Stejně tak se ho ptají třídní učitelé na chování svých žáků.
ZŠ Čechtice	Obsah tělesné výchovy nikdy s nikým nekonzultoval.

Shrnutí: Učitelé tělesné výchovy jmenovali spousty různých předmětů, ve kterých vidí spojitost s tělesnou výchovou, ale přesto žádný z nich s těmito učiteli nespolupracuje. Učitelé TV působili tak, že o tom, co vyučují, se nemají s kým poradit. Z toho plyne, že se během svých hodin teorii problematice zdraví nevěnují. Ostatní učitelé za nimi chodí pouze kvůli výchovným problémům jejich tříd.

8.4.7 Hlavní cíle výchovy ke zdraví a tělesné výchovy na navštívených základních školách

Základní škola	Cíle výchovy ke zdraví
ZŠ Zdislavice	Cílem je, aby si žák zvolil správný (optimální) přístup ke svému životnímu stylu a odpovědnosti za své zdraví.
ZŠ Načeradec	Hlavním cílem je splnit školní vzdělávací plán, věnovat se všemu. Podle zájmů nebo problémů ve třídách rozvíjet jednotlivá témata.

ZŠ Trhový Štěpánov	Hlavním cílem je probrat veškeré učivo, které je ve školním vzdělávacím plánu. Podle zájmu třídy se věnovat daným tématům.
ZŠ Čechtice	Výchova ke zdraví by měla být začleněna ve všech předmětech a propojena s ostatními obory.

Shrnutí: Pouze základní škola ve Zdislavicích má určitý cíl výchovy ke zdraví. Zbylé školy se soustředí na učivo, které je závazné v jejich ŠVP. Na základní škole v Načeradci paní učitelka popisovala, že cíl pro školu jednotný být nemůže, protože každá třída je jiná, tím pádem i cíl je odlišný. *Uváděla příklad, že pokud se ve třídě sejde v září 5 žáků, kteří kouří, a na konci roku je jich 12, cílem bude prevence proti návykovým látkám.*

Základní škola	Cíle tělesné výchovy
ZŠ Zdislavice	Cílem tělesné výchovy je poskytnout žákům všestranný rozvoj a seznámit je s průběhem a atmosférou sportovních turnajů. Motivovat žáky k samostatné pohybové aktivitě
ZŠ Načeradec	Hlavním cílem je všestranný rozvoj člověka. Vybavit je základními dovednostmi a seznámit je s pravidly sportovních her. Sport je musí bavit.
ZŠ Trhový Štěpánov	Působit na žáka všestranně a připravit ho na budoucí život, kde je sport zábava a součást života. Pochopit, že každý jsme jiný a každému v životě půjde něco jiného, navzájem si pomáhat.
ZŠ Čechtice	Seznámit žáky s co nejvíce různými aktivitami, aby si každý žák mohl zvolit svůj oblíbený sport. Všestranně rozvíjet žáka.

Shrnutí: Tato otázka přinesla nejjednodušší odpovědi. Všichni učitelé dbají na všestranný vývoj jedince, který při výběru sportu hraje důležitou roli. Snaží se je motivovat k pravidelné sportovní aktivitě po ukončení školní docházky a především v budoucím životě. Žádný učitel se neodvolával na plnění učebního plánu.

8.4.8 Jak učitel pozná, že výuka žáky baví

Učitel VZ	Jak učitel pozná, že žáky výuka baví?
ZŠ Zdislavice	Žáci se záplem pracují na projektech, soustředí se nejen na obsahovou stránku, ale i na estetickou. Sami si dohledávají informace nebo se doptávají. Zavádějí problematiku i v jiných předmětech, sbírají informace od jiných učitelů. Komentují si obědy a svačiny z pohledu výživového hlediska. Nosí domácí úkoly.
ZŠ Načeradec	Žáci mají poznámky: „Jéé, to už jsme brali.“ Baví se o probrané látce o přestávkách, chtějí diskutovat, hlásí se, nekoukají z okna.
ZŠ Trhový Štěpánov	Žáci diskutují, hlásí se, debatují mezi sebou o tématu. Žáci vědí, že když se pracuje v kroužku, jde o téma, které je intimní nebo pro někoho citlivé, soustředí se, co přijde. Chodí za učitelem i o přestávkách a chtějí stále více informací. Při volných chvílích v hodině „počítačů“ si vyhledávají pojmy, vyřčené ve výchově ke zdraví.
ZŠ Čechovice	Odpovídají na otázku několika větami. Povídají si v lavici o daném tématu, nezavádějí řeč na jiné téma, hlásí se.

Shrnutí: Někteří učitelé jsou velice všímaví a za odučené roky poznají, kdy je žák zainteresován do tématu nebo naopak, kdy se nudí. Za společný znak učitelé uvádí, že se žáci doptávají a stále pokládají otázky, které dané téma rozšiřují nebo si o problematice povídají se spolužákem v lavici i přesto, že se nehlásí a ve třídě je „zdravý“ šum. Paní učitelka ze Zdislavice má vypořádáno, že pokud žáci pracují na domácím úkolu, který je baví, je úhledný. Pokud je to téma pro ně nudné, nezajímavé, úkoly zapomínají, jsou nedodělané nebo „odfláknuté.“

Učitel TV	Jak učitel pozná, že žáky výuka baví
ZŠ Zdislavice	U mladších žáků pozoruje nekontrolované pohyby, kdy poskakují na místě nebo třepetají rukama. Starší žáci chtějí danou činnost opakovat.
ZŠ Načeradec	Pokud je hodina baví, nikdo se nezeptá, kdy budou hrát vybíjenou. Jsou zklamaní, že hodina už končí.

ZŠ Trhový Štěpánov	Chtějí dělat danou činnost stále dokola, sami si radí a pomáhají, ptají se na různé modifikace pro cvičení na doma. Před turnajem nebo soutěží sami vybírají složení týmu, navrhuji nejlepší řešení. Hodiny jim rychle utíkají.
ZŠ Čechovice	Žáci nechtějí s danou činností skončit, nosí si převlečení, nezapomínají si boty. Konzultují výběr žáků při sportovní reprezentaci školy. Na hodiny chodí včas.

Shrnutí: Učitelé mají žáky dobře přečtené. Vyjmenovali mnoho faktorů, podle kterých poznají, zda žáky vyučování baví. K tomu, aby poznali, co žáky baví, musí znát i opak, co žáci dělají, když je hodina nebaví. Přiznávají, že většinou se najde pár jedinců, kteří se do činnosti nezapojují, ale i ti se na konci hodiny stanou součástí týmu, protože je ostatní motivují. Pokud učitelé vidí, že se většina žáků nudí, mění činnost.

8.4.9 Názor učitelů na smysl výchovy ke zdraví na 2. stupni ZŠ

Základní škola	Názor učitelů
ZŠ Zdislavice	Paní učitelka říká, že je to jediná možnost žáků získat povědomí o zdravém životním stylu, protože dnešní rodiny dětem informace o této problematice buď neposkytují, nebo je podávají zkresleně. Na středních školách se tomuto tématu už nevěnují, výjimku tvoří školy zdravotní a se sociálním zaměřením.
ZŠ Načeradec	Paní učitelka tvrdí, že výuka výchovy ke zdraví má smysl, pokud jí není mnoho. Pokud se některá témata probírají ve více předmětech, žáky to nebaví. Ve výchově ke zdraví jsou témata, která se v jiných předmětech nevyskytují.
ZŠ Trhový Štěpánov	Paní učitelka říká, že ve výchově ke zdraví se probírají témata, o kterých žáci v jiných předmětech neuslyší a jsou pro ně potřebná a užitečná. Nebo žáci o mnohé problematice slyšeli, ale potřebují si jednotlivé informace utřídit a ujasnit. Když zadané látce porozumí, je důležité vyzkoušet ji v praxi, což ve výchově ke zdraví lze uskutečnit. Dalším problémem je rodina, která v této oblasti selhává.

ZŠ Čechtice	Paní učitelka považuje výuku výchovy ke zdraví na druhém stupni základní školy za důležitou. Měla by dětem poradit tam, kde selhává rodina a připravit je na budoucí život. Důležité je také hledisko prevence a příprava před nástrahami dnešního stylu života např. sedavý způsob života. V neposlední řadě dětem pomáhá vytvořit si zdravý životní styl.
-------------	---

Shrnutí: Podle zkušeností učitelů výchova ke zdraví zastává funkci rodiny. Žáci nemají pravidelný režim dne, nemají svačiny, chodí pozdě spát nebo jsou málo oblečení. Kromě špatných návyků mají nedostatečné nebo mylné informace, které si v hodině upřesňují a doplňují. Tyto problémy se nevyskytují u všech žáků, proto učitelé vidí příčinu v konkrétních rodinách.

Dále se ve výchově ke zdraví vyučují témata, o kterých se jiné obory nezmiňují. Znalosti a informace si mohou žáci vyzkoušet, převést je v dovednosti.

8.4.10 Názor učitelů na integraci výchovy ke zdraví s tělesnou výchovou

Učitel VZ	Názor
ZŠ Zdislavice	Paní učitelka si myslí, že je to zajímavý nápad, ale realizace by byla náročná především na prostory školy. Další otázka zůstává, kdo by tento předmět vyučoval. Zda učitel „výchovář“ nebo „tělocvikář.“ Výhodou by bylo spojení teorie s praxí v obou předmětech.
ZŠ Načeradec	Paní učitelka říká, že integrace těchto dvou předmětů probíhá v rámci projektů. Jiné spojení není potřeba.
ZŠ Trhový Štěpánov	Paní učitelka by si uměla představit integraci s tělesnou výchovou více než s občanskou. Uvědomuje si propojenost a návaznost témat. Prý nad tím nikdy nepřemýšlela, asi začne konzultovat svoje přípravy s učitelem tělesné výchovy.
ZŠ Čechtice	Paní učitelka by potřebovala znát další okolnosti tohoto nápadu, jako je prostor, počet hodin týdně nebo vyučující. Každý předmět má některá témata společná s ostatními a taky se nepropojují. Na druhou stranu se jí zamlouvá možnost vyučovat některou hodinu v tělocvičně, kde je více prostoru.

Shrnutí: Po položení otázky učitelé okamžitě začali přemýšlet, jak by tuto myšlenku převedli do praxe, zabývali se prostory, počtem hodin nebo vyučujícím. Někteří učitelé začali tvořit nový předmět a spekulovat nad jeho názvem. Až poté přicházeli na výhody společných témat.

Všechny školy vyučují výchovu ke zdraví jako samostatný předmět, nemají zkušenosti s integrací s občanskou výchovou.

Učitel TV	Názor
ZŠ Zdislavice	Paní učitelka se domnívá, že v teoretické rovině je to dobrý nápad, ale má obavy se zavedením do praxe. Kámen úrazu vidí v tom, že by tato hodina či předmět byl zaveden na úkor jiné hodiny nebo předmětu.
ZŠ Načeradec	Pro paní učitelku spojení těchto dvou případů není dobrý nápad. Neumí si to představit.
ZŠ Trhový Štěpánov	To by byla ta hodina, kterou by pan učitel potřeboval. Nápad se mu velice zamlouvá. Nevadila by mu smíšená skupina, rád by využíval prostoru tělocvičny i třídy.
ZŠ Čechtice	Pan učitel ve spojení těchto dvou předmětů nespatřuje žádné výhody. Tuto hodinu by učit nechtěl, je spokojený v tělocvičně, ale myslí si, že pro výchovu ke zdraví by to mohla být vhodná osvěta.

Shrnutí: Pouze jeden učitel spatřuje v propojení těchto dvou oborů výhody. Ostatní učitelé teorii k tělesné výchově nepotřebují. To svědčí o tom, že se na základních školách v průběhu tělesné výchovy jenom cvičí a žádné teoretické chvílky neprobíhají. Někteří se k nápadu stavěli tak, že je to zajímavý nápad pro výchovu ke zdraví, že ji to obohatí, ale ať tělesná výchova zůstane v podobě, v jaké je.

8.5 Porovnání výzkumu s jinými publikovanými výzkumy

Práce, jejíž autorkou je Bc. Veronika Včelková, se zabývá integrací výuky výchovy ke zdraví mezi ostatní obory. (Včelková, 2015) Orientuje se na možnosti začlenění do jiných vzdělávacích oborů na základě podobnosti obsahu. Na rozdíl od této práce, která směřuje k integraci pouze s tělesnou výchovou.

Autorka sbírala informace pomocí dotazníkové metody. Celkem měla k dispozici 116 respondentů, z nichž 15 bylo aprobovaných k výuce výchovy ke zdraví. Součástí

dotazníku byla otázka, která se ptá učitelů, jaké jsou podle nich předměty, do kterých lze snadno výchovu ke zdraví integrovat. Celkem 40,5 % dotazovaných učitelů se domnívá, že je to přírodopis, 36,4 % tvrdí že výchova k občanství a 11,1 % učitelů odpovědělo, že tělesná výchova. Zároveň položila otázku, zda existuje předmět, do nějž integrace výchovy ke zdraví není možná. 55 % respondentů odpovědělo, že takový předmět není a 28,6 % učitelů se domnívá, že takové předměty jsou. Patří mezi ně matematika, fyzika, chemie nebo dějepis.

Ve třetí části dotazníku zjišťovala ochotu učitelů spolupracovat a doplňovat si znalosti v rámci zkvalitnění výuky předmětu, do nějž by byla výchova ke zdraví integrována. 56,2 % respondentů odpovědělo, že by ochotní byli, kdyby museli, 36,6 % by si znalosti doplnili dobrovolně a zbývajících učitelé nevědí nebo by ochotni nebyli. (*Včelková, 2015*)

Autorkou další práce, která zkoumá výchovu ke zdraví a analyzuje její obsah, výstupy a činnosti učitele, je Bc. Zdenka Dočekalová (*Dočekalová, 2010*). Její práce spočívá v podrobné analýze Rámcového vzdělávacího programu a plnění výstupů výchovy ke zdraví na druhém stupni základních škol a možnostmi vzdělávání učitelů výchovy ke zdraví. Navazuje na disertační práci Leony Mužíkové, která poukázala na nedostatečnou realizaci tohoto předmětu a nepřipravenost základních škol na projektovou formu tohoto učiva.

9 Diskuze

V této části budou zdůrazněny, upřesněny a shrnuty nejpodstatnější a nejzajímavější části strukturovaných rozhovorů a jejich výsledků.

Na rozhovorech se podílelo osm učitelů ze čtyř různých škol. Čtyři učitelé vyučující výchovu ke zdraví a čtyři učitelé vyučující tělesnou výchovu. Mezi nimi bylo šest žen a dva muži. Všichni učitelé odpověděli na všechny otázky, odpovědi byly podrobně zapisovány a následně zpracovány do přehledů, které umožňují porovnání odpovědí mezi učiteli z různých škol.

Rozhovory ukázaly, že **učitelé vyučující výchovu ke zdraví nejsou k tomuto předmětu aprobováni**. Pouze jeden z nich se zúčastnil kurzu k výchově ke zdraví, který se ale nevyrovná pětiletému studiu na vysoké škole. Výchovu ke zdraví na druhém stupni základní školy učí učitelé, kteří ji berou jako předmět pro doplnění plného úvazku. Na problém nedostatečného vzdělání učitelů bude upozorněno i v následujících odstavcích. Žádný z učitelů tělesné výchovy neabsolvoval příslušné vzdělání k tomuto předmětu. Tři ze čtyř učitelů však disponují osobním zájmem o tento předmět a dva učitelé mají aprobaci učitelství 1. stupně, kde je předpoklad, že se během studia setkali s didaktikou TV pro děti z prvního stupně.

Ve všech navštívených školách **je výchova ke zdraví vyučována jako samostatný předmět**, ale v odlišných ročnících. Některé školy disponují dalšími předměty, kde se výchova ke zdraví vyučuje. Jedná se především o předmět vaření, kde se žáci věnují výživě nebo hygieně potravin. Tělesná výchova je vyučována jako samostatný předmět, proto tato otázka učitelům tělesné výchovy pokládána nebyla.

Rozmanité odpovědi jsem zaznamenala na otázku ohledně spojitosti výchovy ke zdraví a ostatních oborů. **Pouze jeden učitel výchovy ke zdraví jmenoval tělesnou výchovu**. Většinou se na prvním místě vyskytoval přírodopis a dále předměty, které učitelé vyučují. Tato skutečnost je možná způsobená tím, že učitelé nemají výchovu ke zdraví vystudovanou, neznají didaktiku tohoto oboru, a tudíž si neuvědomují téměř totožné výstupy s tělesnou výchovou, což je veliký problém, pokud má být pochopena podstata tohoto propojení.

Učitelé tělesné výchovy vidí s výchovou ke zdraví spojitost mnohem častěji. Tři ze čtyř učitelů ji jmenovali na prvních dvou místech, stejně vysoké postavení zaujímal

opět přírodopis. To, že učitelé tělesné výchovy, přesto že také nejsou aprobovaní, propojují tyto dva obory, je způsobeno pravděpodobně tím, **že tělesná výchova je ve vzdělávací soustavě začleněna o pár desítek let déle než výchova ke zdraví.** Většina učitelů si sama tímto předmětem na základní škole prošla a od té doby se cíle tělesné výchovy výrazně neměnily. Výchova ke zdraví si své stálé místo teprve hledá.

Výuka výchovy ke zdraví je náročná, pokud učitel chce, aby měla pro žáky správný impuls do jejich života. **Většina učitelů si stěžuje na nedostatečné zdroje jak pro ně, tak pro žáky.** Nedostatek učebnic pro výuku je veliký problém zejména pro školy, které vyučují výchovu ke zdraví jako samostatný předmět. V teoretické části byla zmíněna problematika začlenění výchovy ke zdraví do učebnice občanské výchovy. Školy, které mají výchovu ke zdraví integrovanou s občanskou výchovou, na problematiku zdraví už nemají čas. Školy, které by se této problematice věnovat chtěly, naopak nemají dostatek materiálů, protože tyto učebnice jsou pro ně nedostačující. **Všichni dotazovaní učitelé si stěžují na tvoření příprav, které jim zabírají dvakrát více času než na ostatní předměty.** Většinu informací sbírají z nejrůznějších internetových portálů.

„Tělocvikáři“ jsou s výukou většinou spokojeni, při důkladnějším promýšlení by mohli mít lépe vybavenou tělocvičnu, nahradit zastaralé nářadí novějším. Pouze jeden učitel by si přál teoretickou hodinu, především kvůli zájmům žáků, kteří mají užitečné otázky.

V mezioborové spolupráci učitelé inovativní nejsou. Jelikož se jedná o malé školy, učitelé se každý den potkávají na chodbách nebo ve sborovně. **Převažuje spolupráce verbální komunikací bez písemných záznamů.** Učitelé tělesné výchovy spolupracují daleko méně než učitelé výchovy ke zdraví. Nedostatečnou komunikaci mezi těmito obory spatřuji opět v tom, že tělesná výchova se vyučuje stále stejně před i po zavedení RVP a výchovu ke zdraví vyučují učitelé, kteří nemají příslušnou aprobaci a nejsou si vědomi propojeností mezi obory. **Učitelé nevidí ve společných tématech výhody mezioborové spolupráce.**

Pro učitele tělesné výchovy má jejich předmět stejný cíl a to všestranný rozvoj dítěte, který je při správném vývoji důležitý. Volba přiměřených požadavků, které žáka motivují k lepším výsledkům a budí v něm zájem věnovat se pohybové aktivitě i mimo vyučování, je jedním z nejpodstatnějších cílů pro pohybový návyk v budoucím životě.

Oproti tomu učitelé výchovy ke zdraví nespátřují cíle v chování žáků, ale především ve svých dokumentech. Nejčastější odpověď byla, aby splnili vzdělávací plán. Už z názvu tohoto oboru vyplývá, co je obecným cílem, ale kromě jednoho učitele, který se snaží u žáků vypěstovat základ zdravého životního stylu, se ostatní učitelé nad otázkou zdraví nezamysleli.

Učitelé poznají, zda žáky jejich výuka a téma baví. **Nejvíce znaků rozeznávají během vyučovací hodiny, kdy žáci diskutují, hlásí se nebo během tělesné výchovy chtějí opakovat činnost dokola.** Učitelé jmenovali mnoho rozmanitých příkladů. Na základní škole ve Zdislavicích paní učitelka uvedla příklad s domácími úkoly, na kterých pozná, podle toho, jak jsou pečlivě zpracované, zda žáka téma baví. Pan učitel tělesné výchovy v Trhovém Štěpánově konstatoval, že pokud žáky vyučování baví a jsou motivováni, nemají pojem o čase a často se diví, že už je konec hodiny.

Odpověď na otázku, zda je výchova ke zdraví podstatná součást vzdělávání žáků, má podle mě mnoho společného s otázkou, jaké jsou cíle výchovy ke zdraví na základní škole. Ačkoliv učitelé v cílech tápou, **všichni si myslí, že výchova ke zdraví má ve vzdělávací soustavě podstatné místo.** Je to podle nich čas, kde se žáci učí dovednostem, zkušenostem, které tvoří základ jejich zdravého životního stylu. Je to předmět, který musí být stále aktualizován, kvůli měnící se společnosti a momentálním trendům.

Chtěla jsem znát názor a představu učitelů, jak by si poradili s integrací výchovy ke zdraví a tělesné výchovy. Jejich odpovědi byli úplně odlišné. **Někteří učitelé tuto myšlenku hned zavrhnou, jiní nad ní chvíli uvažovali a zhodnotili pro a proti.** Objevili se i nadšené názory učitelů, kteří by tuto změnu přivítali. Učitelé výchovy ke zdraví řešili provedení tohoto nápadu, kolik hodin by museli obětovat z jiných předmětů, prostory pro výuku nebo vyučujícího.

Jeden učitel tělesné výchovy by tuto myšlenku přivítal s nadšením a jiný ji ihned zavrhnul. Pro dalšího je to zajímavý nápad, pokud by to neohrozilo počet a obsah jeho hodin. Myslí si, že je to návrh určený pro výchovu ke zdraví než pro tělesnou výchovu.

Největším úskalím pro integraci výchovy ke zdraví s tělesnou výchovou je podle mého názoru **nedostatečná komunikace mezi učiteli**, nevyhledávají si společná témata a nevěnují přípravě společný čas. Podmínkou této realizace by bylo **zachování počtu hodin tělesné výchovy.**

10 Návrh realizace řešení

Podle zjištěných údajů a subjektivních pocitů z rozhovorů, by si učitelé tělesné výchovy integraci s výchovou ke zdraví uměli představit, pokud by jim to zásadně nenarušilo jejich výuku. Učitelé výchovy ke zdraví v podstatě neví, co by to obnášelo. Aby nedocházelo k velkým změnám ve vyučovacím plánu, přichází v úvahu integrace v podobě projektu nebo blokové výuky.

Tělesná výchova se vyučuje koedukovaných skupinách a využívá odlišných forem výuky. Hlavním důvodem pro koedukovanou výuku tělesné výchovy je změna v tělesném a psychickém vývoji žáka. Chlapci nabírají svalovou hmotu a s tím dochází k rozvoji síly, zároveň stoupá hladina hormonu testosteronu, který částečně ovlivňuje agresivitu, proto mívají dívky a chlapci tělesnou výchovu odděleně, z bezpečnostního hlediska. V případě integrace výchovy ke zdraví a tělesné výchovy by k žádným silovým a soutěživým situacím docházet nemělo, proto by integrace probíhala smíšeně.

V první řadě by předměty museli vést kvalifikovaní, aprobovaní učitelé, kteří znají didaktiku, smysl a cíle předmětů. Tudíž by jim vytyčení obsahu a metod pro realizaci integrace nečinilo obtíže a jistě by se soustředili na důležitá a podstatná fakta, která jsou pro žáky potřebná. Učitelé by spolu museli spolupracovat nejen na úrovni verbální komunikace.

10.1 Projekt

Realizace integrace v podobě projektů by probíhala 2x ročně. Předpokládaný čas jsou čtyři vyučovací hodiny. Zapojeni by byli oba učitelé vzdělávacích oborů. Jedna část projektu by byla zaměřena na spolupráci ve skupině, teorii první pomoci a prevenci závislostního chování. Tato část by se uskutečnila ve třídě s následným přechodem do tělocvičny. Nejprve by si žáci vyslechli teoretické přednášky s využitím drogového kufříku a v tělocvičně by ve skupinách nacvičili představení, které by mělo část příběhu danou, a žáci by ho dotvářeli.

Představení by šlo odehrát a nacvičit i ve třídě, ale změna prostředí a především větší prostor udrží žáky v pozornosti a nebude na ně působit stísněně. Tělocvičny bývají umístěny ve škole stranou, mimo ostatní učebny, proto nebudou při nacvičování představení rušeni ostatní učitelé a žáci. Projekt je určen pro žáky 8. a 9. tříd.

10.1.1 Projekt I. část

Příklad přípravy:

Vyučovací předmět: Výchova ke zdraví, tělesná výchova

Pedagog: Učitel TV, učitel VZ

Čas: 4 vyučovací hodiny

Třída: 8.

Počet žáků: 20

Téma: První pomoc, návykové látky

Očekávané výstupy: Žák vyjmenuje a rozpozná návykové látky, uvede jejich projevy na lidské bytosti, popíše postup první pomoci u člověka, který nedýchá, při zlomeninách, krvácení nebo popáleninách. Žák spolupracuje ve skupině, toleruje názory druhých, připustí vlastní chybu.

Klíčové kompetence: k učení – žáci odpovídají na otázky a zapisují nové poznatky, k řešení problémů – žáci hledají vhodný postup při poskytnutí první pomoci, komunikativní – žáci srozumitelně odpovídají na otázky a tvoří otázky, sociální a personální – spolupracují v jakékoliv skupině, tolerují názory ostatních, občanské – nebojí se poskytnout první pomoc, poradit ostatním s návykovými látkami.

Organizační forma: Skupinová, hromadná, frontální,

Výukové metody: Přednáška, motivační, názorně demonstrační, participativní, hraní rolí

Prostředí: Učebna (třída), tělocvična

Pojmy dříve osvojené: Návykové látky, psychický stav, cévní soustava, dýchací soustava, kůže

Pomůcky: Dataprojektor, počítač, prezentace, protidrogový kufřík, lékárnička, podložky, pomůcky z kabinetu TV, tužky, papíry

Průběh projektu:

1. – 45. minuta: Učitel zjišťuje vědomosti žáků otázkami. *Co je to návyková látka? Jaké máme krevní elementy?* Žáci poslouchají výklad učitele na téma prevence návykových

látek, doping, zapisují si poznámky, odpovídají na otázky učitele, prohlíží si příklady omamných látek, pozorují krátká vzdělávací videa. Učitel TV vykládá problematiku návykových látek a dopingů podpořen prezentací v PowerPointu. Průběžně se ptá žáků: *Vyskytují se v ČR legální návykové látky? Vyjmenuj příklady návykových látek. Jakou znáš dopingovou kauzu? Jakou úlohu mají stimulanty a jakou narkotika? Seznamuje žáky s životy sportovců, kteří dopovali. Učitel VZ doplňuje a ukazuje žákům příklady látek z kufříku.*

Obsah teoretické části I.:

- a) co je návyková látka
- b) rozdělení návykových látek, příklady a ukázky
- c) projevy návykových látek
- d) doping
- e) diskuze

46. – 55. minuta: Přestávka.

56. – 100. minuta: Žáci poslouchají výklad učitele na téma první pomoc, sledují praktické ukázky, které jim učitelé předvádí, odpovídají na otázky učitelů, rozhodují o správném postupu při poskytnutí první pomoci. Učitel VZ seznamuje žáky s teorií první pomoci a vybavením lékárničky. Využívá powerpointové prezentace. Ptá se žáků: *Jaká čísla tísňového volání znáte? Jaké informace uvádíme při volání RZS? Jaké krvácení rozeznáváme a jak budeme postupovat při jejich zástavě? Jaké jsou stavy ohrožující zdraví?* Učitel TV doplňuje a obchází žáky s lékárničkou, ukazuje jim různé šířky a druhy obinadel.

Obsah teoretické části II.:

- a) tísňová čísla první pomoci, život ohrožující stavy,
- b) zlomeniny – ukázka obvazů a obvazové techniky
- c) krvácení – tlakový obvaz
- d) úpal, úžeh, popáleniny, opařeniny
- e) diskuze

101. – 120. minuta: Během přestávky se žáci přesunou do tělocvičny.

121. – 160. minuta: Po předchozí domluvě učitelů jsou žáci rozděleni do skupin po čtyřech členech. Každá skupina dostane své číslo a stejnou část úryvku.

Úryvek:

.... když vešla dovnitř, ucítila typický zápach. Oliver jí mávnul na pozdrav, ostatní ani nezvedli hlavu a pokračovali v nesmyslném rozhovoru. Jediná Beáta vypadala, že se nebaví, postávala u okna a tupě zírala přes špinavé sklo. Vydala se za ní. V tom ji někdo chytl za ruku, otočila se. „Dáš si taky?“ zeptal se jí....

Jejich úkolem je domyslet úvod a závěr k danému textu a následně celý příběh odehrát v časovém intervalu 5 – 8 minut. Žáci si rozdělují role, vytváří texty, zkouší, režírují. Učitelé poskytují pomůcky, podporují žáky v nápadech, motivují je k aktivní činnosti. Cílem žáků je zaujmout mladší ročník a pracovat s ověřenými informacemi.

161. – 170. minuta: Přestávka. Do tělocvičny přichází 7. ročník.

171. – 225. minuta: Učitelé poskytují informace o hlasování po odehrání všech scének. Všem přečtou část příběhu. Žáci odehrávají svá představení, ostatní pozorují. Učitelé tiší neklidné žáky. Po odehrání scének učitelé rozdávají papírky a žáci 7. ročníků píší, která skupina je zaujala nejvíce a odchází.

226. - 240. minuta: Žáci diskutují společně o tom, co se jim povedlo, co méně, co se dozvěděli nového, co je pobavilo. Reagují na výsledky hodnocení sedmého ročníku, zda s tím souhlasí, nesouhlasí a proč. Učitelé vedou diskuzi, sčítají hlasování, zjišťují, co se žákům podařilo, co se dozvěděli nového.

Evaluace projektu: Žáci napíší v hodině českého jazyka úvahu na téma: Proč se mi (ne)líbil projektový den. Učitelé si je po ohodnocení přečtou a vyvodí závěry pro příští rok.

10.1.2 Projekt II. část

Druhá část projektu by se soustředila na důležitost pohybové aktivity a poskytnutí první pomoci. Vyžadovala by pobyt venku, nejlépe místo v přírodě, které žáci neznají. Během projektu by byl přísný zákaz používání mobilních telefonů. Tato část projektu by byla časově náročnější, protože se musí počítat s časem pro přejezd. Žáci se budou pohybovat ve vyznačeném prostoru, který učitel předem určí. Očekává se vysoké nasazení obou učitelů. Časové úseky jednotlivých aktivit jsou různě dlouhé.

Příklad přípravy:

Vyučovací předmět: Výchova ke zdraví, tělesná výchova

Pedagog: Učitel TV, učitel VZ, pedagogický doprovod

Čas: 60 minut

Třída: 8. a 9.

Počet žáků: 40

Téma: Popáleniny, opařeniny

Očekávané výstupy: Žák vyjmenuje a rozpozná stupně popálenin, poskytne adekvátní první pomoc, rozdělí efektivně funkce ve skupině. Žák je k poraněnému empatický, je ochoten pomáhat.

Klíčové kompetence: k učení – žáci se poučí ze špatných postupů při poskytnutí první pomoci, k řešení problémů – žáci plánují strategii hry, komunikativní – žáci se domlouvají ve skupině, asertivně jednájí, sociální a personální – žáci jsou připraveni poskytovat první pomoc v jakémkoliv prostředí, tolerují názory ostatních, občanské – žáci jsou odhodlaní poskytnout první pomoc, jednájí správně a efektivně.

Organizační forma: Skupinová, projektová

Výukové metody: Heuristické, praktické, slovní, motivační, situační, názorně demonstrační, participativní

Prostředí: Ohraničený prostor ve volné přírodě

Pojmy dříve osvojené: První pomoc, popáleniny, opařeniny, stupně popálenin, sterilní krytí, obinadlo

Pomůcky: Krepový papír, sirky, 3 hřebíčky, čajová svíčka, kladívko, 3x prkénko krabičky od krémů, čtvrtka, tužka, červené a černé barvivo, 10x sterilní krytí, 20x obinadlo, 5x izotermická fólie, konvička na čaj, 7x podložka, 5x voda v PET-lahvi

Průběh projektu:

1. – 15. minuta: Žáci poslouchají pravidla a pokyny k bezpečnému provedení aktivity. Učitel vysvětluje pravidla následující aktivity. Pedagogický doprovod dohlíží na žáky, pomáhá vysvětlit pravidla.

Pravidla pohybové aktivity:

Žáci mají za úkol přenést posvátný oheň z nechráněného území na bezpečné, který poznají tak, že začíná nataženým provázkem. K dispozici mají 3 hřebíky, 3 prkýnka, 3 sirky, svíčku a kladívko. Po zhotovení krytu na svíčku se celý tým vydává na cca 600 m dlouhou trasu, kde se jim snaží oheň ukrást sběrači ohně tak, že svíčku sfouknou. Žáci mohou sběrače ohně zneškodnit, pokud ho chytí dva žáci zároveň. Cílem je přepálit provázek a vstoupit na bezpečné území.

Sběrači ohně: polovina žáků 9. ročníku získává oheň. Druhá polovina se maskuje na zraněné ve své jeskyni, kde se stala nehoda. V jeskyni došlo k výbuchu. Na místě je mnoho popálených, otřesených a krvácejících sběračů ohně. Sběrači ohně musí poprosit o pomoc žáky 8. ročníku.

Zranění: Tepenné krvácení, odřeniny, otřes mozku, otevřená zlomenina dolní končetiny, zlomenina horní končetiny, srdeční zástava, zástava dýchání, amputace horní končetiny, smrtelný úraz, šokový stav.

16. – 50. minuta: Žáci vykonávají pohybovou aktivitu dle zadaných pravidel. Učitel TV dohlíží na dodržování pravidel, pedagogický doprovod asistuje učiteli TV. Učitel VZ rozděljuje druhé polovině žáků zranění, pomáhá s maskováním, poskytuje pomůcky. Sběrači ohně znají správný postup při jejich zranění. Pokud žáci postupují správně, vydávají zvuky úlevy, pokud ne, citoslovce bolesti.

Žáci poskytují první pomoc, učitelé dohlíží na správný postup při ošetření. Poskytují pomůcky z provizorní lékárničky.

51. – 60. minuta: Žáci 8. ročníku sdělují ostatním zranění, která ošetřovali, zda postupovali správně a zraněného se podařilo zachránit. Diskutují o jiných variantách první pomoci. Sdělují si, co se dozvěděli nového. Učitelé se ptají žáků, co se jim podařilo, co by udělali příště jinak a co se dozvěděli nového.

Evaluace úseku: Žáci 9. ročníku zhodnotí taktiku hry, postup a správnost provedené první pomoci.

10.2 Bloková výuka

Výuka by probíhala ve školním prostředí, vždy pro celou třídu pohromadě. Bloková výuka je určena pro žáky 7. tříd. Časovým intervalem jsou dvě vyučovací hodiny, 4x během školního roku. V těchto vyučovacích hodinách působí učitelé samostatně po předchozí poradě s jasným obsahem a cíli. Sami si zvolí, kterým tématům je vhodné se věnovat ve třídě a kterým v tělocvičně.

Během těchto hodin by byla obsahem společná témata, která se týkají společných výstupů. Prevence závislostního chování, spolupráce ve skupině, důležitost pohybové aktivity a bezpečnost před úrazy.

Při prevenci závislostního chování je samozřejmostí využití protidrogového kufříku. Vyjmenování nejběžnějších návykových látek, jejich ukázka a příklady využívání ve sportu formou dopingů.

Spolupráce ve skupině je náročná pro učitele ve vytvoření vhodných skupin vzhledem ke zkoumané problematice. Ve skupině by měli být jak silní, tak slabší členové vzhledem k zadanému cíli. Skupiny by měly spolupracovat jak v teoretických úkolech, tak praktických, protože žák, který má slabé stránky v pohybových úkolech, může vynikat ve vědomostních soutěžích a jeho role ve skupině se bude výrazně měnit. Spolupráce ve skupině se využije při realizaci ostatních výstupů.

Tyto návrhy integrace usilují o to, aby spolu učitelé dvou velice podobných oborů spolupracovali, zabývali se společnými tématy, nepřesouvali si je jeden na druhého, navzájem se obohacovali svými nápady a řešili svůj společný cíl, problematiku zdraví v dnešní společnosti. Zároveň by měli své předměty ponechány v podobě, kterou vyžadují, pro výuku specifických témat ve svém oboru.

Příklad vyučovacího bloku:

Vyučovací předmět: Výchova ke zdraví, tělesná výchova

Pedagog: Učitel VZ, učitel TV

Čas: 90 minut

Třída: 7.

Počet žáků: 20

Téma: Tělesná zdatnost, tepová frekvence (maximální, minimální), aerobní pásmo

Očekávané výstupy: Žák zjistí svojí maximální tepovou hodnotu a podle ní se řídí při pohybové činnosti. Žák toleruje odlišné výkony spolužáků, je ochoten pomáhat.

Klíčové kompetence: k učení – žáci vyplňují protokoly podle svých zjištěných údajů, k řešení problémů – žáci zjišťují, zda jejich zdatnost odpovídá pohybové aktivitě, kterou provádějí, komunikativní – žáci volí vhodná slova pro podporu druhých, sociální a

personální – žáci mezi sebou vnímají a tolerují odlišnosti, občanské – žáci vnímají pohybovou zdatnost jako důležitou součást životního stylu.

Organizační forma: Skupinová

Výukové metody: Praktická metoda, metoda předváděcí, vysvětlování, metoda názorně demonstrační

Prostředí: Tělocvična

Pojmy dříve osvojené: Tepová frekvence, zdroj energie, vytrvalost

Pomůcky: Sportovní oblečení, boty, lavička, švédská bedna, 4x stopky, papír, tužka, tabulka hodnot pro step – test, 4x sporttester

Činnost žáků:

-5. – 0. minuta: Žáci se převlékají do sportovního oblečení a obuvi.

1. – 5. minuta: Učitelé rozdávají pokyny. Žáci se rozdělují do skupin maximálně po třech členech a připravují si lavičky či švédské bedny. Není třeba žáky rozdělovat cíleně, každý žák bude mít své vlastní výsledky a každou roli ve skupině si žák vyzkouší.

6. – 10. minuta: Učitel seznamuje žáky se step-testem, názorně ukazuje způsob provedení testu. Žáci zkontrolují palpačně zjistit tep na ruce spolužáka, upevňují si sporttester. Na pokyn učitele si žáci rozdělují role ve skupině. Jeden žák provádí step-test, druhý měří čas a kontroluje pravidelnost výšlapů, třetí sleduje sporttester a zjišťuje tepovou frekvenci palpační metodou, zapisuje naměřené hodnoty.

11. - 65. minuta: Žákovi č. 1 se změří klidová tepová frekvence (5 minut v klidu leží). Hodnota se zapíše. Následně provádí step test. Po dobu 5 minut vystupuje na stupínek o velikosti 30 cm v rytmu 30 výšlapů za minutu. Po uplynutí 5 minut se žák posadí a změří se tepová frekvence. Tepová frekvence se měří 30 sekund a vynásobí se dvěma. Další měření následuje po 1, 2 a 3 minutách po zátěži. Žák má zaznamenaných celkem 5 údajů tepové frekvence. Učitel měří čas, kontroluje práci skupin, všechny skupiny by měly provádět totéž. Obchází skupiny, motivuje testované žáky, pomáhá měřit tepové frekvence. Vymění se všichni žáci ve skupině.

56. – 65. minuta: Přestávka, žáci se mohou jít převléknout. Přinesou si psací potřeby a kalkulačku.

66. – 80. minuta: Učitel rozdá žákům pracovní listy, vysvětlí způsob vyplňování. Žáci zaznamenávají své údaje do pracovního listu a vypočítávají hodnotu, podle které zjistí tělesnou zdatnost. Následně odpovídají na otázky, které jsou v pracovním listu. Učitel pomáhá vypočítat index zdatnosti.

81. – 90- minuta: Učitel zjišťuje od žáků jejich postřehy. Kteří žáci dosáhli lepší zdatnosti? Zda by i méně zdatní chtěli mít lepší kondici? Vytváří třídní statistiku. Vybírá si vyplněné pracovní listy, které žákům po kontrole vrátí.

Evaluace: Kontrola správně vyplněných protokolů a práci při výuce.

Pracovní list:

TF = tělesná tepová frekvence

s = sekundy

IZ = index zdatnosti

$IZ = \text{délka cvičení (s)} \times 100 / (TF1 + TF2 + TF3)$

Průměrná klidová tepová frekvence (počet úderů za minutu): muži (61-72), ženy (67 – 76)

IZ	Odpovídající fyzická zdatnost
Pod 55	Slabá tělesná zdatnost
55 - 64	Nízký průměr
65 - 79	Vysoký průměr
80 - 89	Zdatný
90 a více	Velmi zdatný

Do tabulky zaznamenej výsledky svého měření:

Testovaná osoba	Délka cvičení v s	TF v klidu	TF po zátěži			IZ	Fyzická zdatnost
			TF 1	TF 2	TF 3		
Já							
Spolužák							

Závěr:

1. Myslíš si, že tvá tělesná zdatnost odpovídá pohybovým aktivitám, které vykonáváš?
Proč?

2. Očekával jsi tento výsledek? Odůvodni.

3. Vysvětli výsledky spolužáka.

4. Které faktory mohly ovlivnit výsledek testu?

5. Odpovídá tvoje klidová tepová frekvence průměrným hodnotám populace?
(*Najbertová, 2013*)

11 Závěr

Cílem diplomové práce bylo zjistit názory učitelů na integraci výchovy ke zdraví a tělesné výchovy a s tím související témata jako jsou: zkušenosti a délka pedagogické praxe učitelů, jejich aprobační nebo způsob komunikace mezioborových didaktik.

Teoretická část se věnuje analýze Rámcového vzdělávacího programu pro základní vzdělávání a oblasti Člověk a zdraví, zdůrazňuje typické metody a formy výuky výchovy ke zdraví a tělesné výchovy a uvádí možnosti spolupráce mezi učiteli.

V části praktické bylo připraveno a provedeno výzkumné šetření, které bylo realizováno na čtyřech základních školách v okolí města Vlašim. Strukturovaným rozhovorem s osmi učiteli těchto škol byly získány informace o způsobu výuky tělesné výchovy a výchovy ke zdraví.

Z rozhovorů s učiteli bylo zjištěno, že žádný z dotazovaných učitelů nemá odpovídající aprobační pro výuku tělesné výchovy nebo výchovy ke zdraví. Důvodem pro výuku tělesné výchovy je většinou osobní zájem a u výchovy ke zdraví doplnění hodin pro plný úvazek.

Nejčastějším problémem pro realizaci kvalitní výchovy je pro učitele výchovy ke zdraví nedostatek kvalitních materiálů a učebnic. Učitelé tělesné výchovy žádný podstatný problém nevidí, pouze kdyby byly prostředky, přáli by si modernější vybavení tělocvičen.

Zajímavým zjištěním bylo, že učitelé výchovy ke zdraví nejvíce spolupracují s kolegy biologie, protože s biologii vidí největší propojenost. Učitelé tělesné výchovy většinou nespolečně pracují s nikým a společná témata vidí ve výchově ke zdraví, biologii, fyzice nebo i dějepisu.

Učitelé výchovy ke zdraví mají na integraci výchovy ke zdraví a tělesné výchovy neutrální názor. Důležitější by pro ně byla forma výuky než společný obsah těchto dvou oborů. Učitelé tělesné výchovy tento nápad přijali většinou pozitivně. Umí si představit teoretickou hodinu, pokud by byla praktická výuka zachována ve stejném rozsahu.

Možnou realizací integrace, která by řešila obavy učitelů, je projekt nebo bloková výuka, která by se zabývala společnými tématy, např. spolupráce ve skupině nebo

důležitost pohybové aktivity. Výstupem projektů by bylo slovní hodnocení jiného ročníku. U blokové výuky správně vyplněné protokoly.

12 Seznam literatury

- [1.] *Cesta k poznání – školní vzdělávací program pro základní vzdělávání* (2011). Načeradec
- [2.] ČÁP, J. MAREŠ J. *Psychologie pro učitele*. Praha: Portál, 2000, ISBN 978-80-7178-463-2
- [3.] ČELIKOVSKÝ, S. a kol.: *Antropomotorika*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1990
- [4.] DOČEKALOVÁ, Z. *Modelové uspořádání obsahu základního vzdělávání v oboru Výchova ke zdraví*. Brno, 2010. diplomová práce (Mgr.) MASARYKOVA UNIVERZITA. Pedagogická fakulta
- [5.] FIALOVÁ, L. *Aktuální témata didaktiky. Školní tělesná výchova*, Praha: Karolinum, 2010
- [6.] GAVORA, P. a kol: *Pedagogická komunikácia v základnej škole*. Bratislava: Veda, 1988
- [7.] HODANĚ, B. *Úvod do teorie tělesné kultury*. Olomouc: Univerzita Palackého, 2000.
- [8.] HOLČÍK, J. *Zdravotní gramotnost a její role v péči o zdraví*, Brno: MSD, 2009
- [9.] HRABINEC, J. *Tělesná kultura a hledání harmonie života*. In: *Tělesná výchova a sport na přelomu století*. Praha: FTVS UK, 1997, s. 701-71. ISBN 80-902147-2.
- [10.] HRONZOVÁ, M. *Vyrovňovací a kondiční cvičení*. Praha: Karolinum: 2011
- [11.] KALHOUZ, Z, OBST, O. *Školní didaktika*, Praha: Portál, 2002, ISBN 80-7178-253
- [12.] KASÍKOVÁ, H. DUBEC, M.: *Spolupráce učitelů: Od větší k menší neznámé*. *Studia paedagogica*. 2009, roč. 14, č. 1, str. 67 – 86
- [13.] KÖSSEL, ŠTUMBAUER. *Vybrané kapitoly z dějin TK*. 1998
- [14.] KREJČÍ, M. *Výchova ke zdraví – strategie výuky duševní hygieny ve škole*, České Budějovice: Jihočeská Univerzita, 2011
- [15.] LANGMEIER, J. KREJČÍŘOVÁ, D.: *Vývojová psychologie*, Praha: Grada, 2006, ISBN 978-80-247-1284-0

- [16.] MACHOVÁ, J.: *Biologie člověka pro učitele*, Praha: Karolinum, 2010 ISBN 978-80-7184-867-7
- [17.] MARÁDOVÁ, E. *Integrovaný přístup k podpoře zdraví v teorii a praxi kutikulární reformy*. In: J. Šteigl a J. Konečný (eds.) *Současné integrované přístupy k pojetí člověka*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2007
- [18.] MARÁDOVÁ, E. *Education towards Health on the way from the Framework Education Programme towards Its Realization in school Practise*, Brno: Masarykova Univerzita, 2008 (s. 23- 28)
- [19.] MARÁDOVÁ, E. *K aktuálním problémům výchovy ke zdraví v preprimárním a primárním vzdělávání*. In: S. Bendl, *Místo vzdělávání v současné společnosti: paradigmaty – ideje – realizace*, Brno: Tribun, 2012
- [20.] MARÁDOVÁ, E. *Nové přístupy k přípravě pedagogů v oblasti podpory zdraví*. In: *Přeměny učitelského vzdělávání*. Bratislava: Pedagogická fakulta Univerzity Komenského, 2010
- [21.] MARÁDOVÁ, E. *Vybrané kapitoly z didaktiky výchovy ke zdraví*, Praha: Karolinum, 2014, ISBN 978-80-7290-662-8
- [22.] MAREŠ, J. KŘIVOHLAVÝ, J: *Komunikace ve škole*. Brno. Masarykova Univerzita, 1995 ISBN 80-210-1070-3
- [23.] MUŽÍKOVÁ, L. *Výchova ke zdraví v současném základním školství*. Brno, 2006. rigorózní práce. MASARYKOVA UNIVERZITA V BRNĚ. Pedagogická fakulta
- [24.] NAJBERTOVIČ, M.: *Výstupový test* (2013). Dostupné z http://www.gympolicka.cz/dumy/BI1/VY_32_INOVACE_BI1.09.pdf
- [25.] NELEŠOVSKÁ, A.: *Pedagogická komunikace v teorii a praxi*, 2005, Praha: Grada, ISBN 80-247-0738-1
- [26.] PRŮCHA, J.: *Moderní pedagogika*, Praha: Portál 2009, ISBN 978-80-7367-503-5
- [27.] PRŮCHA, J. WALTEROVÁ, E. MAREŠ, J. *Pedagogický slovník*, Praha: Portál, 1995, ISBN 80-7178-029-4

- [28.] *Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání* (2005). Praha: VÚP. Dostupné z <http://www.msmt.cz/vzdelavani/zakladni-vzdelavani/ramcovy-vzdelavaci-program-pro-zakladni-vzdelavani-schvalena-verze>
- [29.] *Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání* (2007). Praha: VÚP. Dostupné z http://www.vuppraha.cz/wp-content/uploads/2009/12/RVPZV_2007-07.pdf
- [30.] *Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání* (2013). Praha: MŠMT. Dostupné z <http://www.msmt.cz/vzdelavani/zakladni-vzdelavani/upraveny-ramcovy-vzdelavaci-program-pro-zakladni-vzdelavani>
- [31.] *Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání* (2016). Praha: MŠMT. Dostupné z http://www.nuv.cz/uploads/RVP_ZV_2016.pdf
- [32.] SLAVÍK, J. JANÍK, T. JARNÍKOVÁ, J. TUPÝ, J: *Zkoumání a rozvíjení kvality výuky v oborových didaktikách: metodika 3A mezi teorií a praxí*. Pedagogická orientace. 2014, roč. 24, č. 5, str. 721 – 752
- [33.] SLAVOMÍR, R.: *Hospitace v pedagogické praxi*, Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1988
- [34.] SOCHOROVÁ, L.: *Prestiž učitelské profese pohledem studentů učitelských oborů a pedagogů -Teoretické reflexe hudební výchovy*, 2014, roč. 10, č. 1. ISSN1803-1331
- [35.] *Škola plná života – školní vzdělávací program pro základní vzdělávání* (2016). Orlová. Dostupné z <http://www.zsdvoracka.cz/dokumenty/skolaplnozivota.pdf>
- [36.] *Škola pro každého – školní vzdělávací program pro základní vzdělávání* (2016). Třemošnice. Dostupné z http://www.zstremosnice.cz/dokumentace/dodatek_cerven_2016.pdf
- [37.] *Škola pro život – školní vzdělávací program pro základní vzdělávání* (2013). Trhový Štěpánov. Dostupné z <http://www.zstrhovystepanov.cz/word/2017/svp.pdf>
- [38.] *Školní vzdělávací program Čechtice*. (2013). Čechtice. Dostupné z http://zscehtice.cz/uvod_svp_3.1.pdf
- [39.] *Školní vzdělávací program základní školy T.G. Masaryka Šardice*, (2009). Šardice. Dostupné z <http://zssardice.cz/wordpress/wp-content/uploads/2016/02/svp12.pdf>

- [40.] ŠVINGALOVÁ, D.: *Kapitoly z vývojové psychologie pro učitelství mateřských škol*. 1. vydání. Liberec: Technická univerzita, 2003. ISBN 80-7083-697-0.
- [41.] TEPLÝ, Z.: *Zdraví, zdatnost, pohybový režim*. Praha: ČASPV, 1995. ISBN 80-85910-02
- [42.] VÁGNEROVÁ, M.: *Vývojová psychologie*, Praha: Karolinum, 2012, ISBN 978-80-246-2153-1
- [43.] VČELKOVÁ, V.: *Problematika výuky výchovy ke zdraví v ZŠ v rámci integrace s jinými předměty*. Ostrava, 2015. diplomová práce (Mgr.). OSTRAVSKÁ UNIVERZITA V OSTRAVĚ. Pedagogická fakulta
- [44.] *Vzdělávací program Obecná škola* (1996). Praha: MŠMT. Dostupné z <http://www.msmt.cz/vzdelavani/zakladni-vzdelavani/kompletni-pedagogicka-dokumentace-vzdelavaciho-programu-obecna-skola-cj-12035-97-20-vcetne-vsech-zmen-a-dopluku-2-cast-pro-6-9-rocnik-aktualizace-k-1-zari-2005>
- [45.] *Vzdělávací program Základní škola* (1996). Praha: MŠMT. Dostupné z <http://www.msmt.cz/vzdelavani/zakladni-vzdelavani/kompletni-pedagogicka-dokumentace-vzdelavaciho-programu-zakladni-skola-cj-16-847-96-2-vcetne-vsech-zmen-a-dopluku-aktualizace-k-1-zari-2005>
- [46.] *Zdislav – školní vzdělávací program pro základní vzdělávání* (2011). Zdislavice.

13 Přílohy

Příloha č. 1 – Záznamy rozhovorů s učiteli

Rozhovor s učitelem VZ ZŠ Zdislavice

Já: „Jaká je vaše aprobace?“

Učitel VZ: „Vystudovaný mám dějepis a češtinu, ale učím, co je potřeba. Třeba němčinu nebo rodinku, teda výchovu ke zdraví.“

Já: „Proč výchovu ke zdraví, chtěla jste ji vyučovat?“

Učitel VZ: „Samozřejmě, že mě daná problematika zajímá, ale také jsem absolvovala kurz výchovy ke zdraví na pedagogické fakultě, nevím, jak se přesně jmenoval, někdy kolem roku 2001.“

Já: „Jak dlouho učíte ve škole a jak dlouho učíte výchovu ke zdraví?“

Učitel VZ: „Jéé, to budu muset spočítat. Na vysokou školu jsem šla v roce 1974, takže zhruba od roku 1979 jsem tady. A výchovu ke zdraví nebo dříve rodinnou výchovu učím od roku 2000.“

Já: „V jakém předmětu je integrovaná výchova ke zdraví?“

Učitel VZ: „U nás je výchova ke zdraví samostatný předmět a občanská výchova také.“

Já: Vidíte nějakou spojitost mezi výchovou ke zdraví a jinými předměty?

Učitel VZ: Samozřejmě, skoro v každém. Nejvíce asi v přírodopise, tam je to lidské tělo a hygiena a v občanské výchově jsou to globální problémy. Jinak bych tam zařadila i zeměpis nebo tělocvik.

Já: Co by vám usnadnilo práci při výuce výchovy ke zdraví?

Učitel VZ: (přemýšlí) „Asi nic. Už nic nepotřebuju, za ty roky mám tolik materiálů, nechcete nějaké?“

Já: „Děkuju, ráda se na konci podívám. Konzultujete tedy společná témata s učiteli zmiňovaných předmětů?“

Učitel VZ: „Většinou ne, není potřeba, my se tady známe a víme, jak ten druhý učí.“

Já: „A když je občas potřeba, jakým způsobem spolupracujete?“

Učitel VZ: Máme společnou sborovnu, i když tam se moc nepotkáváme, takže většinou na chodbě, když se potkáme, nejvíce s přírodopisci.

Já: Necháváte si vzkazy nebo se domlouváte?

Učitel VZ: Rozhodně se domlouváme, vše řešíme slovně, případně upravíme témata v ŠVP, ale to už jsem dlouho nedělala. Naposledy, když přišel nový učitel na přírodopis.“

Já: Jaké jsou hlavní cíle výchovy ke zdraví ve vaší škole?

Učitel VZ: „Správný, optimální přístup ke svému životnímu stylu, odpovědnost za své zdraví. To byste se divila, kolik dětí si nenosí ani svačiny. Když z toho nemají rozum rodiče, musíme to naučit děti my.“

Já: „Nedivila. Poznáte, že výuka výchovy ke zdraví má pro žáky smysl, že je baví? Jak?“

Učitel VZ: „Nejvíce to poznám při projektech, když si s tím dají práci, barvičkama vybarvují nadpisy, mají pečlivě vyplněné domácí úkoly, hlásí se, debatují o problému o přestávkách, myslím, že už to poznám.“

Já: „Považujete výuku výchovy ke zdraví za podstatnou součást vzdělávání žáků na základní škole?“

Učitel VZ: „Určitě ano. Je to jediná možnost žáků, jak získat povědomí o zdravém životním stylu. V rodině dostávají jen kusé nebo žádné informace, na středních školách se tomuto tématu nevěnují, nebo mají málo prostoru, pokud se nejedná o zdravotní nebo sociální školy.“

Já: „Jaký je váš názor na integraci výchovy ke zdraví s tělesnou výchovou? Jaké by to mohlo mít výhody nebo nevýhody?“

Učitel VZ: „Je to zajímavý nápad, ale realizace by byla náročná především na prostory školy. Další otázka zůstává, kdo by tento předmět vyučoval. Zda učitel výchovár nebo tělocvikář. Výhodou by bylo spojení teorií s praxí v obou předmětech.“

Rozhovor s učitelem TV ZŠ Zdislavice

Já: „Jaká je vaše aprobace?“

Učitel TV: „Kdysi dávno jsem studovala učitelství prvního stupně, myslela jsem, že mě to bude bavit, ale brzy jsem poznala, že mě více baví práce se staršími dětmi. Zrovna jsme měli krizi s učiteli, tak jsem se připomněla, že by mě to bavilo a částečně mi vyhověli. A další rok už jsem měla třídnictví na druhém stupni.“

Já: „Jak dlouho učíte ve škole a jak dlouho učíte tělocvik?“

Učitel TV: „Učím už dlouho asi tak 23 let a tělák, ten jsem začala učit až na druhém stupni, takže přibližně 15 let. Ale už před tím jsem mívala sportovní kroužky jak pro malé, tak pro starší.“

Já: „Vidíte nějakou spojitost mezi tělocvikem a ostatními předměty?“

Učitel TV: „Určitě ano. V každém předmětu se může číst sportovní článek, řešit slovní úloha nebo počítat rychlost a dráha běžce. Společná témata vidím především s přírodopisem, kde se žáci učí stavbu lidského těla nebo teď poslední dobou vnímám spojitost s výchovou ke zdraví, kde by se žáci mohli získávat důvody pro pravidelný sportovní režim.“

Já: „Co by vám usnadnilo práci při výuce tělesné výchovy?“

Učitel TV: „Ani nevím, s tím že jsou děti čím dál tím více nešikovné, asi nic neudělám. Kdybychom měli prostředky, tak bychom určitě nakoupili nové pomůcky, protože většina jich je stará a rozbitá.“

Já: „Konzultujete společná témata s kolegy jiných oborů?“

Učitel TV: „Tak jelikož se žádné speciální teorii o tělocviku nevěnuji, tak s nikým nic nekonzultuji, se vším si poradím sama. I když ta výchova ke zdraví mi hodně pomáhá. Už se mi i stalo, že se mě děti o tělocviku ptaly na něco, co zrovna probíraly ve výchově ke zdraví.“

Já: „Jaké jsou hlavní cíle tělesné výchovy ve vaší škole?“

Učitel TV: „Neřekla bych, že je to vyloženě nějaký cíl, ale všestranný rozvoj jedince je pro každý tělocvik důležitý. Často jezdíme na soutěže, i když končíme mezi posledními. Děti aspoň vidí, jak to chodí na soutěžích a poznávají jiná, lepší, vybavení tělocvičen. A vlastně také motivace k pohybové aktivitě je důležitá.“

Já: „Jak poznáte, že výuka má pro žáky smysl, že je baví?“

Učitel TV: „Když je to baví, tak makají, když je to nebaví, tak nechťejí, to je jednoduché.“

Kdybych si měla vybavit nějaké příklady, tak třeba u malých dětí rozeznávám takové nekontrolované pohyby rukama, třepetají s nimi nebo skáčou na místě. Na druhém stupni se zeptají, jestli budou danou činnost ještě někdy hrát nebo opakovat.“

Já: „Jaký je váš názor na integraci výchovy ke zdraví s tělesnou výchovou? Jaké by to mohlo mít výhody nebo nevýhody?“

Učitel VZ: „No, když to takhle řeknete, tak by to asi mohl být dobrý nápad, v té teoretické rovině. Ale nevím, jak by to vypadalo v praxi, aby nebyly zkráceny nebo omezeny hodiny tělocviků. Na druhou stranu jsem si vědoma, že mi tam ty teoretické hodiny chybí a tohle by mohlo být řešení.“

Rozhovor s učitelem VZ ZŠ Načeradec

Já: „Jaká je vaše aprobace?“

Učitel VZ: „Ve škole učím hlavně zeměpis, potom počítače, rodinku a domácnost.“

Já: „A které předměty jste studovala?“

Učitel: „Ruský jazyk a zeměpis.“

Já: „Jak dlouho učíte ve škole a jak dlouho učíte výchovu ke zdraví?“

Učitel: „V této škole učím 31 let. Výchova ke zdraví mi byla přidělena, no, asi tak před 10 lety, když odešla do důchodu kolegyně. Ale u nás je to každý rok jinak.“

Já: „V jakém předmětu je integrovaná výchova ke zdraví?“

Učitel: „Je to samostatný předmět. V osmičkách a devítkách. Dřív byl ještě v sedmičkách, ale už se to naštěstí zkrátilo.“

Já: „Proč naštěstí?“

Učitel: „Protože je mnoho hodin na málo témat, když jsou děti starší a slyší pořád dokola to samý, tak je to nebaví a mně také ne. Navíc některá témata slyší i v jiných předmětech.“

Já: „Vidíte nějakou spojitost mezi výchovou ke zdraví a jinými předměty?“

Učitel: „Asi jo. Třeba v dopravní výchově, intimní hygiena v přírodopise, v občance mezilidské vztahy, zdravé stravování v přípravě pokrmů, péče a údržba v domácnosti a asi i v jiných předmětech by se našla spojitost.“

Já: „Co by vám usnadnilo práci při výuce výchovy ke zdraví?“

Učitel: „Rozhodně více materiálů pro výuku a aktivitu žáků. Příprava na hodinu mi zabere hodně času, protože si všechno hledám na internetu a nemám žádné podklady, odkud brát informace. A s učebnicemi pro děti je to taky bída.“

Já: „Konzultujete společná témata s kolegy jiných oborů?“

Učitel VZ: „Občas ano, nejsou to sálodlouhé rozhovory, ale občas, když se potkáme na chodbě, tak si něco povíme. Jsme malá škola, takže se setkáváme docela často a není problém toho dotyčného sehnat.“

Já: „Takže spolupracujete pouze ústně, rozhovorem?“

Učitel VZ: „Ano. Vlastně jsme si ještě s některými kolegy vyměnili vzdělávací plán, abychom věděli kdo, co, kdy probírá. Potom už se jen domlouváme, zda stíháme či nikoliv.“

Já: „Jaké jsou hlavní cíle výchovy ke zdraví ve vaší škole?“

Učitel VZ: „Tak především splnit vše, co je v ŠVP. A pak podle problémů v dané třídě. Třeba v osmičce se hodně zaměřujeme na prevenci návykových látek, protože víme, že se nám tu rozjelo kouření, tušíme, že z 5 dětí na 12. V devítce pracujeme na sebehodnocení, především tom pozitivním. Je to různé, třída od třídy.“

Já: „Jak poznáte, že výuka výchovy ke zdraví má pro žáky smysl, že je baví?“

Učitel VZ: „To poznám. Za ty roky už vím, že některá témata jsou pro žáky zábavnější než jiná. Ale třeba pronesou ... jéééé, to už jsme brali ... nebo rádi diskutují, stále se doptávají, hlásí se a nekoukají z okna.“

Já: „Považujete výuku výchovy ke zdraví za podstatnou součást vzdělávání na základní škole?“

Učitel VZ: „Pokud se probrané učivo nedubluje, tak ano. Ty dvě hodiny ve dvou ročnících bohatě stačí. Jsou tam i témata, která se v jiných předmětech neučí, takže rozhodně ano.“

Já: „Jaký je váš názor na integraci výchovy ke zdraví s tělesnou výchovou? Jaké by to mohlo mít výhody nebo nevýhody?“

Učitel VZ: „Myslím si, že tohle propojení není potřeba. Tyto dva předměty spojujeme v rámci projektů a podle reakcí dětí ani není více potřeba.“

Rozhovor s učitelem TV ZŠ Načeradec

Já: „Jaká je vaše aprobace?“

Učitel TV: „Studovala jsem pouze dějiny a teď učím většinou tělesnou výchovu. Na tělocvik jsem tu sama, nikomu jinému se do toho nechce, ale i dějepis mi ještě nechali.“

Já: „Jak dlouho učíte ve škole a jak dlouho učíte tělocvik?“

Učitel TV: „Jééé, to už je pěkně dlouho, počkejte... Tak ve škole učím 35 let a ten tělocvik tak dvacet, když odešel kolega, nikdo to nechtěl vyučovat a mně to nevadilo.“

Já: „Vidíte nějakou spojitost mezi tělesnou výchovou a ostatními předměty?“

Učitel TV: „Určitě ano, já pořád říkám žákům, že pohyb a tělocvik je všude kolem nás, že pohyb je přirozená potřeba člověka. Třeba v dějepise s šestáky jsme měli projekt na starověké olympijské hry, stále si opakujeme kalokagathia a historii Sokola. Myslím, že i ve výchově ke zdraví by se mohli věnovat fair-play nebo doping, když pořád rozebírají ty drogy. Ve výchově k občanství by také mohlo něco být.“

Já: „Co by vám usnadnilo práci při výuce tělesné výchovy?“

Učitel TV: „Tak samozřejmě, že vybavení tělocvičny je zastaralé, ale zase máme novou podlahu. Myslím si, že na kvalitě nám to neubírá, vystačí si s tím, co máme.“

Já: „Konzultujete společná témata s kolegy jiných oborů?“

Učitel TV: „Ani ne, občas se přijde zeptat nějaký třídní, jak se jeho žáci chovají, jestli hrají fair – play, umí prohrávat nebo si nenadávají, ale ohledně obsahu vyučování za mnou nikdo nechodí.“

Já: „Jaké jsou hlavní cíle tělesné výchovy ve vaší škole?“

Učitel TV: „Jako cíl bych asi vytyčila všestranný rozvoj žáka, rozvíjet schopnosti, učit dovednostem a tak. Mít přehled o pravidlech různých sportovních her a motivovat je k tomu, aby měli z pohybu radost, aby je bavil.“

Já: „Jak poznáte, že výuka má pro žáky smysl, že je baví?“

Učitel TV: „Myslím, že tak jako jinde i u nás je populární vybíjená. Mám zkušenosti s tím, že pokud žáky baví jiná aktivita, na vybíjenou si ani nevzpomenou. Tak se diví, že už je konec hodiny, jak jim to rychle uteklo.“

Já: „Jaký je váš názor na integraci výchovy ke zdraví s tělesnou výchovou? Jaké by to mohlo mít výhody nebo nevýhody?“

Učitel TV: „To si vůbec neumím představit. Podle mě to není dobrý nápad. Takhle to funguje, nic bych neměnila.“

Rozhovor s učitelem VZ ZŠ Trhový Štěpánov

Já: „Jaká je vaše aprobace?“

Učitel VZ: „Aprobaci mám učitelství prvního stupně, ale tu vlastně vůbec nesplňuji, protože učím na druhém stupni.“

Já: „Co všechno učíte kromě výchovy ke zdraví?“

Učitel: „Kromě výchovy ke zdraví? Takže češtinu, výtvarku, informatiku, pracovní činnosti a výchovu k občanství.“

Já: „Jak dlouho učíte ve škole a jak dlouho učíte výchovu ke zdraví?“

Učitel VZ: „Když vynechám čtyři roky na mateřské, tak devět let a výchovu ke zdraví učím poslední dva roky.“

Já: „V jakém předmětu je integrovaná výchova ke zdraví?“

Učitel VZ: „Vyučujeme ho jako samostatný předmět v 6., 7., a 8. třídě. Ale podle mého názoru to není šťastné rozvržení mezi třídami.“

Já: „Proč myslíte?“

Učitel VZ: „Nechci tedy mluvit o všech žácích, ale u nás většina žáků v osmé třídě není na určitá témata v oblasti drog nebo sexuální výchovy připravena.“

Já: „Vidíte nějakou spojitost mezi výchovou ke zdraví a jinými předměty?“

Učitel VZ: „Určitě v přírodopisu, tam se učí lidské tělo, ve výtvarce tvoří nějaké plakáty a v informatice se učí pracovat s médii, ověřovat informace, odolávat reklamě, tam jde mnoho věcí.“

Já: „Co by vám usnadnilo práci při výuce výchovy ke zdraví?“

Učitel VZ: „Tak určitě mít nějaké vhodné učebnice. Na výchovu ke zdraví není žádná hezká učebnice. My máme ve škole takové ty hnědé od Frause, ale z nich čerpáme jen na občance, ta výchova se z toho učit nedá. A ještě by mohla být příručka pro učitele. Když si porovnáím čas strávený nad přípravami, tak na výchovu ke zdraví potřebuji polovinu času všech příprav. Všechno si hledám na internetu. Nevíte o nějakém pěkném zdroji informací?“

Já: „Bohužel nevím, jsem na tom stejně jako vy, všechno si vyhledávám na internetu. Když vidíte spojitost s jinými předměty, konzultujete společná témata s kolegy?“

Učitel VZ: „Občas ano, ale spíše si povídáme o výchovných problémech než o obsahu výuky. Sice máme každý kabinet, ale v nich máme pomůcky, takže se setkáváme ve sborovně a tam si promluvíme, když je potřeba.“

Já: „Jaké jsou hlavní cíle výchovy ke zdraví ve vaší škole?“

Učitel VZ: „Plníme, co je v plánu, žádný specifický záměr nemáme. Když nám zbývá čas, tak si hodně povídáme, rozvíjíme komunikaci. Je fakt, že většina projektů je zaměřena na prevenci návykových látek.“

Já: „Jak poznáte, že výuka výchovy ke zdraví má pro žáky smysl, že je baví?“

Učitel VZ: „Tak je jasné, že podle toho, jak se dětem učivo podává, tak ho oni přijímají, proto se snažím být do všeho nadšená, i když mě to moc nebaví a vždycky se najde někdo, koho to baví více než ostatní. Obecně hodně diskutují, ptají se, při důvěrnějších tématech si sedáme do kroužku a to jsou potichu a navzájem se poslouchají. Tak se mi stává, že za mnou přijdou po

vyučování nebo se jdou na něco zeptat, když mě vidí na chodbě. Je vidět, že o tom přemýšlí i mimo daných 45 minut.

Já: „Považujete výuku výchovy ke zdraví za podstatnou součást vzdělávání žáků na základní škole?“

Učitel VZ: „Určitě ano. V tomto předmětu se dostanou k tématům, které v jiných předmětech neuslyší. Jsou to děti, které přijímají informace z různých zdrojů, ale neumějí si je v hlavě srovnat. Nebo zvládají teorii, ale potřebují ji uvést do praxe, vidět obrázky nebo si jen zahrát nějakou scénku.“

Já: „Jaký je váš názor na integraci výchovy ke zdraví s tělesnou výchovou? Jaké by to mohlo mít výhody nebo nevýhody?“

Učitel VZ: „No vidíte, to mě nikdy nenapadlo. Na tělocvik jsem úplně zapomněla. To je těžká otázka.... Ale jak nad tím přemýšlím, tak by to asi nebylo špatné. Těch témat je tam nespočet. Sebeovládání, práce ve skupině, pohybová aktivita. Určitě více než v občance. Čím více nad tím přemýšlím, tím lepší nápad mi to přijde. Asi začnu konzultovat výchovu ke zdraví s kolegou tělocvikářem.“

Rozhovor s učitelem TV ZŠ Trhový Štěpánov

Já: „Jaká je vaše aprobace?“

Učitel TV: „Učím na prvním stupni, takže učitelství pro první stupeň. Na druhém stupni mám jenom tělocvik.“

Já: „Jak dlouho učíte ve škole a jak dlouho učíte tělocvik?“

Učitel TV: „Ve škole učím 21 let, stále na prvním stupni. Asi tak posledních deset let mám jen pátý ročník. A tělocvik? Ten odhadem tak patnáct let. Nejdříve jsem měl pouze chlapce, potom i dívky.“

Já: „Vidíte nějakou spojitost mezi tělesnou výchovou a ostatními předměty?“

Učitel TV: „No určitě, třeba teď s tou výchovou ke zdraví, to je takový boom posledních let. Aby se žáci pravidelně hýbali, seděli a stáli rovně nebo zdravý jídelníček. Potom rozhodně přírodopis. Stavba těla je hodně důležitá při protahování a posilování. Také se mi stalo, že jsem řekl žákům, aby při posilování břicha měli bedra na zemi a oni vůbec nevěděli, kde mají bedra. A potom třeba fyzika, aby měli ponětí, co je to těžiště, kde ho máme. Nebo rychlost, dráha, setrvačnost. Tato slova také používám a občas mám podezření, že děti ty pojmy vůbec neznají.“

Já: „Co by vám usnadnilo práci při výuce tělesné výchovy?“

Učitel TV: „Když jsem teď vyprávěl o těch ostatních předmětech, tak musím říct, že bych uvítal nějakou teoretickou hodinu, kde bychom si tyto pojmy zopakovali nebo se věnovali olympijským hrám a známým sportovcům. Doping je také téma, které starší žáky zajímá. Potom třeba modernější vybavení a pomůcky, ale vystačíme si.“

Já: „Konzultujete společná témata s kolegy jiných oborů?“

Učitel TV: „Občas se zeptám kolegy fyzikáře, zda s daným ročníkem už probíral to a to, ale už docela znám jeho učební plán, takže spíše nekonzultuju. Někdy za mnou přijdou třídní učitelé a ptají se na chování svých žáků, ale to je vše. Žádná konzultace ohledně obsahu a tématu výuky.“

Já: „Jaké jsou hlavní cíle tělesné výchovy ve vaší škole?“

Učitel TV: „Nevím, jestli celé školy, ale můj je takový, aby byli žáci všestranně rozvinutí, měli zkušenosti s mnoha různými sporty, znali jejich pravidla. Dál se snažím o to, aby měli žáci pohyb rádi, aby je bavil a přijmuli ho jako součást budoucího života. Taky aby si navzájem pomáhali, protože každý je jiný, každý umí něco jiného, ale tvoříme dohromady tým.“

Já: „Jak poznáte, že výuka má pro žáky smysl, že je baví?“

Učitel TV: „To prostě poznám. Třeba chtějí danou aktivitu opakovat stále dokola, sami si pomáhají, rádi si. Také se ptají, jak by mohli trénovat doma, když tu hrazdu doma prostě nemají nebo jestli je nějaké cvičení, které jim pomůže se zlepšit. Před jakoukoliv soutěží nebo závodem si sami tvoří tým, Já je vlastně jen přihlásím. A to musím říct, že se poskládají napříč ročníky tak, jak bych to asi ani já neposkládal. Také se dví, že už je konec.“

Já: „Jaký je váš názor na integraci výchovy ke zdraví s tělesnou výchovou? Jaké by to mohlo mít výhody nebo nevýhody?“

Učitel VZ: „No, to není vůbec špatný nápad, jen zběžně jsem koukal do plánu pro výchovu ke zdraví a bylo by to fajn. Hlavně by to mohla být ta hodina teorie, o které jsem mluvil. Klidně půjdu se žáky jednou za čas na tělocvik do třídy nebo zůstaneme v tělocvičně, to je jedno.“

Rozhovor s učitelem VZ ZŠ Čechtice

Já: „Jaká je vaše aprobace?“

Učitel VZ: „Občanka, čeština.“

Já: „Učíte pouze tyto předměty nebo ještě nějaké?“

Učitel VZ: „Tak tu výchovu a ještě výtvarku.“

Já: „Jak dlouho učíte ve škole a jak dlouho učíte výchovu ke zdraví?“

Učitel VZ: „Učím druhým rokem. Letos mi nějaké hodiny chyběly, tak mi k tomu ještě přidali rodinku, takže tu učím od září.“

Já: „V jakém předmětu je integrovaná výchova ke zdraví ve vaší škole?“

Učitel VZ: „Výchova ke zdraví je u nás vyučována v předmětu rodinná výchova. Ale snažíme se výchovu ke zdraví integrovat i do ostatních předmětů na druhém stupni, tak jak to má být.“

Já: „Vidíte nějakou spojitost mezi výchovou ke zdraví a jinými předměty?“

Učitel VZ: „Určitě přírodopis, kde se žáci učí o lidském těle, infekčních onemocněních nebo hygieně. Ve výtvarce vytváříme různé propagační materiály nebo reklamy. To žáky hodně baví, zadáme si téma a oni vymýšlí slogany.“

Já: „Učíte i občanku, s tou žádnou spojitost nevidíte?“

Učitel VZ: „Ani moc ne, občanka řeší takové ekonomicko-právní věci, ta rodinka je taková více povídací.“

Já: „Co by vám usnadnilo práci při výuce výchovy ke zdraví?“

Učitel VZ: „Nic mě nenapadá, jsem se vším spokojená. Máme dobrou paní ředitelku, která mi dovolí mnoho projektů, žádné omezení nebo nedostatek nepociťuji.“

Já: „Konzultujete společná témata s kolegy jiných oborů, jakým způsobem?“

Učitel VZ: „Nene, není to potřeba, občas nahlédnu do třídnice, co žáci probírají v jiných předmětech, ale to spíše ze zvědavosti, než že bych kvůli tomu posouvala témata.“

Já: „Jaké jsou hlavní cíle výchovy ke zdraví ve vaší škole?“

Učitel VZ: „Jak už jsem říkala, snažíme se propojit výchovu ke zdraví do ostatních předmětů, samozřejmě dodržujeme vzdělávací plán, ale ten se dodržuje i v ostatních předmětech, to není specifické pro výchovu ke zdraví.“

Já: „Poznáte, že výuka výchovy ke zdraví má pro žáky smysl, že je baví? Jak?“

Učitel VZ: „Vidím, že se hlásí, odpovídají na otázku několika větami a ne jedním slovem, jsou hlučnější v tom smyslu, že probírají problematiku v lavici a nezavádí řeč na jiné téma, což se mi v občance docela stává.“

Já: „Považujete výuku výchovy ke zdraví za podstatnou součást vzdělávání žáků na základní škole?“

Učitel VZ: „Výchova ke zdraví je určitě důležitá. Měla by dětem pomoci tam, kde selžou jejich nejbližší a hlavně rodina. Přípravuje je na zdravý budoucí život. Podstatná je také prevence, stále se objevují nové a nové preparáty, se kterými mohou žáci přijít do kontaktu. Sedavý způsob života, další podstatné téma, prostě celkově děti by si měly vytvořit návyky pro zdravý životní styl.“

Já: „Jaký je váš názor na integraci výchovy ke zdraví s tělesnou výchovou? Jaké by to mohlo mít výhody nebo nevýhody?“

Učitel VZ: „Po téhle otázce mi bleskne hlavou – a kdo to bude učit, místo jakého předmětu by to bylo, kolik hodin týdně? Víte co, všechny předměty mají podobná témata jako jiné předměty a taky se neintegrují. Ale umím si představit, že když bereme zdravotně orientovanou zdatnost, tak s nimi půjdu do tělocvičny, nebo by jim to vysvětlil kolega tělocvikář.“

Rozhovor s učitelem TV ZŠ Čechtice

Já: „Jaká je vaše aprobace?“

Učitel TV: „Zatím žádnou nemám. Studoval jsem VŠE, potom jsem si dodělal pedagogické minimum, abych mohl učit tady u nás. Ale nyní si dodělávám dálkově počítače, abych byl magistr. Ani se nemusím učit něco nového, většinu znám ze studijních let.“

Já: „Jak dlouho učíte ve škole a jak dlouho učíte tělocvik?“

Učitel TV: „Do školy jsem šel až někdy po roce 2000, odhaduji, že tak patnáct let to bude.

Začínal jsem s informatikou a fyzikou. Ted' mám stále počítače a k tomu ten tělocvik, za který jsem rád.“

Já: „Jak dlouho učíte tedy ten tělocvik?“

Učitel TV: „Ten učím od 2011, to mi utkvělo v paměti, ani nevím proč.“

Já: „Vidíte nějakou spojitost mezi tělocvikem a ostatními předměty?“

Učitel VZ: „Tak rozhodně s přírodopisem. Znalost lidského těla, kosti, svaly nebo dýchání a jeho frekvence je pro pochopení některých činností podstatná. A jako bývalý fyzikář vidím spojitost i s fyzikou, protože rychlost, síla, odpor nebo setrvačnost jsou termíny, které ty děti musí znát.“

Já: „Co by vám usnadnilo práci při výuce tělesné výchovy?“

Učitel TV: „Samozřejmě, že nemáme nejmodernější pomůcky, ale v porovnání s ostatními školami si podle mě stojíme nadprůměrně. Co se týče těch pomůcek. Jinak máme školu zrekonstruovanou, nová okna, nová podlaha a venkovní hřiště, kde máme umělý povrch a tartanovou dráhu.“

Já: „Konzultujete společná témata s kolegy jiných oborů?“

Učitel TV: „Ohledně obsahu výuky s nikým nic nekonzultuji. Samozřejmě, že kdyby přišel nějaký kolega, tak mu informace poskytnu, ale nikdo nepřišel.“

Já: „Jaké jsou hlavní cíle tělesné výchovy ve vaší škole?“

Učitel TV: „Snažím se, aby si každý žák našel nějakou aktivitu, která ho bude bavit. Proto hrajeme spoustu netradičních her, věnujeme se gymnastice a atletice, jezdíme plavat, prostě se snažím dětem poskytnout široký výběr. S tím souvisí i všestranný rozvoj, nezaměřovat se pouze na rychlost, ale třeba i na vytrvalost, která podle mě bývá na základkách podceňována.“

Já: „Jak poznáte, že výuka má pro žáky smysl, že je baví?“

Učitel TV: „Když jsem tělocvik přebíral po kolegyni, která odešla na mateřskou, tak mi říkala, ať si pohlídám převlečení na tělocvik, že jí často děti nenosily převlečení. Mně se to nestává, když ho nemají, tak opravdu zapomněly. Takže i to považuji za známku toho, že je to baví a cvičit chtějí. Vždycky chodí včas a čekají na mě před šatnami, ptají se, co budeme dělat.

Zajímají se, kdy bude ta a ta soutěž, případně mi radí, koho vybrat.“

Já: „Jaký je váš názor na integraci výchovy ke zdraví s tělesnou výchovou? Jaké by to mohlo mít výhody nebo nevýhody?“

Učitel TV: „Nikdy jsem nad tím nepřemýšlel. U nás to funguje tak, jak to je. Ani nevím, co by byla výhoda, já bych to tedy učit rozhodně nechtěl. O tělocviku by se měli děti hýbat, teorie mají dost v jiných předmětech. Ale možná, že kolegyni na výchovu ke zdraví by se to líbit mohlo. Je pravda, že žáci by měli znát nějakou teorii pravidelné sportovní aktivity, ale já na to o tělocviku rozhodně čas nemám.“